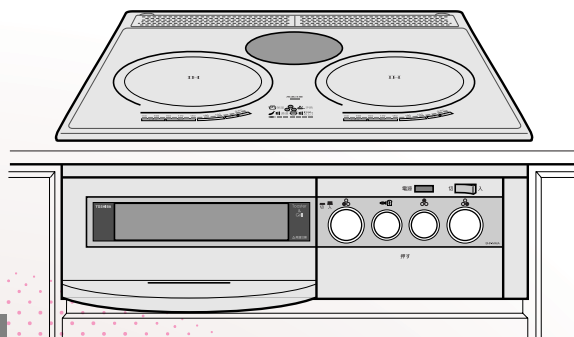
TOSHIBA

# 東芝IHクッキングヒーター

# 取扱説明書 家庭用

形　名

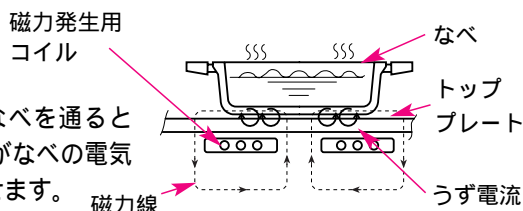
トップレート幅75cmタイプ
BHP-M47AS

トッププレート幅60cmタイプ
BHP-M46AS
BHP-M46A
BHP-M46BS
BHP-M46B

トッププレート幅60cmタイプ設置例
ドロップインタイプ 200V 5800W(組込形)

- このたびは東芝IHクッキングヒーターをお買いあげいただきましてまことにありがとうございます。
- お求めのIHクッキングヒーターを安全に正しく使っていただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり、十分に理解してください。
- お読みなったあとはいつも手元においてご使用ください。
- 保証書と設置工事説明書を販売店又は工事店から必ず受けとって保存してください。

# 特長　IH クッキングヒーターは火を使わない電磁誘導加熱方式

## IH（電磁誘導加熱）とは？
**・・・なべ自体を発熱させます**

磁力発生用コイルにより発生した磁力線が鉄製なべを通るとき、なべ底にうず電流が生じます。このうず電流がなべの電気抵抗によって熱に変わり、なべそのものを発熱させます。

**●火力が見えて安心！火加減ナビ（17段階）**
火力状態がなべのまわりで確認できるので、火力調節がガス火感覚で行えます。

**●調理の進行がひと目でわかる！クッキングナビ**
炊く、炒める、揚げる、沸かすの調理のすすみ具合がひと目でわかります。

**●高火力IHヒーター（左・右ヒーター）**
素早く調理したい炒めものや、急いで湯を沸かしたいときに最適です。

**●低火力連続加熱**
煮込みや卵調理など微妙な火加減ができます。

**●独立ダイヤル式の火力調節つまみ**
大型のダイヤル採用により、手元を見なくても微妙な火力の調整ができます。タイマーなどのスイッチはカンガルーポケットに収納し、見た目にもすっきりしました。

**●脱臭触媒付ロースター（煙やにおいをおさえます）**

**●トースター機能付ロースターの採用**
両面自動焼きロースター（3コース）に加え、トースター機能（手動）が使えます。

**●外して洗える着脱ロースター庫、排気口**
とくによごれの気になるロースター庫と排気口を外して洗うことができます。

**●4つのオート調理機能の採用**

| | |
|---|---|
| 左・右ヒーター | ●炒めもの専用の温度調節機能・・・・・・・ 炒め キー<br>高温で一気に調理するのに最適です<br>●天ぷら専用の油温度調節機能・・・・・・・ 天ぷら キー<br>微妙な揚げ温度が自動調節できるので手軽に天ぷら調理ができます。 |
| 左ヒーター | ●湯沸かし機能・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 湯沸かし キー<br>お湯の沸いたのを検知して、お知らせして保温します。 |
| 右ヒーター | ●炊飯機能・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 炊飯 キー<br>ひたしからむらしまでの火加減を自動で調整し、ご飯を炊き上げることができます。 |

**●便利なタイマー**
全熱源にタイマーを採用しました。煮込みや魚焼きに便利です。
左右ヒーター
中央ヒーター　1分～9時間50分
ロースター・・・1分～30分　　※中央ヒーターとロースターは同時には使えません。

**トースター機能**
- さんま4匹が一度に焼け
- トースト・冷凍食品・ク
機能が使える（手動）
- お手入れ簡単着脱ロース
- 煙やにおいをおさえる

## 安全機能

**●切り忘れ防止自動停止機能**
切り忘れて操作をおこなわなかったときは、約1時間（ロースターは約30分）でブザーが鳴り、自動的に通電が切れます。煮込み調理など1時間以上かかる調理をするときは、タイマーをお使いください。

**●なべ無し自動停止機能**
なべを置かなかったり、外したままにすると約1分後に自動的に通電が切れます。（左・右ヒーター）

**●温度過昇防止・自動停止機能**
空だきなどにより、なべが高温になり過ぎるのを防ぎます。また、空だき状態が続くと、自動的に停止します。（左右ヒーター）

**●トッププレート高温注意ランプ**
調理中は点灯。全ての調理が終わって電源スイッチを切った後も、トッププレートが熱くやけどのおそれがある間は点滅して注意をうながします。

**●ロースター庫、中央ヒーター高温注意機能**
ロースターまたは、中央ヒーターを使用中はトッププレートの調理ランプが点灯し、調理が終わった後も、熱くや
間は点滅して注意をうな

**●ロースター受け皿**
ロースター受け皿に水を
途中で水がなくなると、
して C42 表示をしてお
トースター機能時は水な

**●ロースター異常高**
ロースター庫内の発火な
異常に上がると自動的に
表示をしてお知らせしま

左ヒーター（IHヒーター）
- 高火力で素早く調理
- オート調理機能付きで左右どちらのヒーターでも「炒め」「天ぷら」ができます。
- オート調理機能の「湯沸かし」ができます。
- 17段階の火力調節（火加減ナビ）

中央ヒーター
（クイックラジエントヒーター）
1250Wの火力であたためや少量の調理に最適

付ロースター
るワイドロースター
ッキー等トースター

ター庫と排気口
脱煙、脱臭機能付き

右ヒーター（IHヒーター）
- 高火力で素早く調理
- オート調理機能付きで左右どちらのヒーターでも「炒め」「天ぷら」ができます。
- オート調理機能の「炊飯」ができます。
- 17段階の火力調節（火加減ナビ）

けどのおそれのある
がします。

**水なし検知**
入れずに加熱したり、
自動的に通電を停止
知らせします。
し検知は働きません。

**温検知**
どによって、温度が
通電を停止して C41
す。

## 便利な安全機能

ツインロック機能

**●チャイルドロック機能**
使わないときに、ロックをしておくと、すべてのヒーターのキー操作をできなくします。

**●中央ヒーターロック機能**
中央ヒーターを使わないときに、ロックしておくと、中央ヒーターのキー操作をできなくします。

# もくじ

# 安全上のご注意 必ずお守りください

**商品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。**

## 表示の説明

 **警告**

「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷＊1を負うことが想定されること」を示します。

⚠ **注意**

「取り扱いを誤った場合、使用者が傷害＊2を負うことが想定されるか、または物的損害＊3の発生が想定されること」を示します。

＊1：重傷とは失明や、けが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。
＊2：傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペット等にかかわる拡大損害をさします。

## 図記号の説明

禁 止

⃠は、禁止（してはいけないこと）を示します。
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

指 示

●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。
具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

注 意

△は、注意を示します。
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

## ⚠ 警告

分解禁止

### 分解・改造・修理はしない

火災・感電・けがの原因になります。
修理は据付施工店または東芝家電修理ご相談センターにご連絡ください。

禁 止

### 子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない

感電・けが・やけどの原因になります。

禁 止

### トッププレートの上にのせて使う調理器具（なべ、やかん、フライパンなど）以外のもの（カセットコンロ、ボンベなど）はのせない

誤ってスイッチが入ったとき、加熱され、火災、爆発、やけどなどの原因になります。

禁 止

### 吸気口・排気口やすき間などの開口部に、ピンや針金などの金属類や異物を入れない
### 吸気口・排気口に指を入れない

火災・感電・けがの原因になります。

水かけ禁止

### 吸気口、排気口や操作部に水をかけない

漏電やショートをおこし、火災・感電の原因になります。トッププレートやカウンター（調理台）に水がこぼれたときも、すぐにふきとってください。

# ⚠ 警告

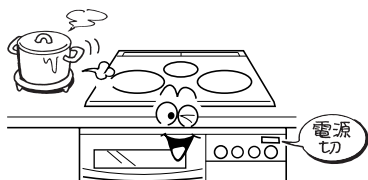
禁止

## トッププレートの上や近くに燃えるものを置かない

火災・やけどの原因になります。

スイッチを「切」にする

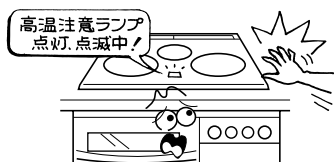
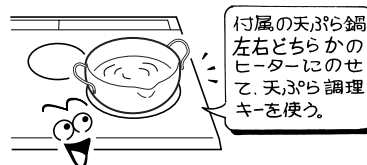
## 使用後は電源スイッチを「切」にする

火災の原因になることがあります。

ブレーカーを「切」にする

## 長期間ご使用にならないときは専用回路のブレーカーを「切」にする

漏電火災や絶縁劣化による感電の原因になることがあります。ただし、調理終了後10分は製品の冷却のため、ブレーカーを「切」にしないでください。

禁止

## 高温注意ランプが点灯、点滅中はトッププレート、その周辺の金属部にふれない

高温のためにやけどをします。

中央に置く

## 揚げ物をするときは、なべを中央に置く

なべを中央からずらして置くと、油温度調節機能がはたらかず、油の温度が上がりすぎて火災の原因になります。

アース線接続

## アースを確実に取り付ける

故障や漏電のときに感電する原因になります。アースの取り付けは、電気工事店または販売店にご相談ください。

禁止

## トッププレートに衝撃を加えない

トッププレートにひびが入り電気部品が露出し、感電の原因になります。万一、ひびがはいったときは、ただちに使用をやめ、ブレーカーを「切」にして修理を依頼してください。

トッププレートの上に乗ったり、物を落としたりしない。

禁止

## 揚げもの調理中はそばをはなれない

油の温度が上がりすぎたとき、火災の原因になります。
炒めもの、焼きものなど油を使う調理をするときも、そばを離れないで、加熱しすぎないよう火力調節をしてください。
もし、油煙が多く出たらすぐに電源スイッチを「切」にしてください。

必ず付属の天ぷらなべと天ぷら調理キーを使う

## 付属の天ぷらなべを使う 左・右ヒーターの天ぷら調理キーを使う

底に凹凸やそりのあるなべを使ったり、中央ヒーターを使いますと油温度調節機能がはたらかず、油の温度が上がりすぎて火災の原因になります。

油の量は200g以上

## 油の量は200g以上で調理する

油の量が少ないと油の温度が上がりすぎ、火災の原因になります。
天ぷらキーで油の量を設定してください。

（つづく）

# ⚠注意

禁止

**中央ヒーターのトッププレートの上で直接調理をしない**

トッププレートにひびが入り電気部品が露出し、感電の原因になります。万一、ひびがはいったときは、ただちに使用をやめ、ブレーカーを「切」にして修理を依頼してください。

禁止

**缶詰やアルミ箔など、なべ以外のものを加熱しない**
**なべの下に紙などを敷かない**

破裂してけがをしたり、赤熱してやけどをする原因になります。また、なべの熱で紙がこげたりします。

禁止

**排気口や吸気口をふさいだり、排気口付近に手、顔、なべの取っ手を近づけない**

本体内部が過熱して火災の原因になったり、やけどの原因になります。

禁止

**使用中・使用後しばらくはロースター扉、付属の天ぷらなべの本体や取っ手に触れない**

高温のためにやけどをします。

禁止

**調理以外の目的で使用しない**

火災の原因になることがあります。

禁止

**他の器具（ガスコンロなど）で、あらかじめ加熱した油を使用しない**

温度制御装置がはたらかず、異常加熱し火災の原因になることがあります。

禁止

**本体前方に物を置かない**

火災の原因になります。

禁止

**火気を近づけない**

感電、漏電の原因になります。

医師と相談

**心臓用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたり、医師とよくご相談ください。**

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

禁止

**なべの空だきや過熱をしない**

なべの温度が上がり、やけどや調理物の発火の原因になります。
なべ、トッププレートの破損の原因にもなることがあります。

禁止

**使用中は製品から離れない**

調理物が発火して火災の原因になることがあります。

水を入れる

**ロースターはロースター受け皿に水を入れて使用する（トースター機能除く）**
**トースター機能で魚等、油脂成分を含んだ食材を調理しない**
**調理物が発火した場合は電源スイッチを「切」にする**

調理物が発火して火災の原因になります。
調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。
空気が流れ込み、炎が大きくなります。
また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

**揚げもの調理中は飛び散る油に注意する**

油が飛び散ってやけどの原因になります。
油の飛び散りは材料の下ごしらえなどで少なくできます。
「油の飛び散りを少なくするために」をごらんください。
また、他の調理中の沸とうやふきこぼれによる水滴が油に入ると、油が飛び散り危険です。火力の調節をしてお使いください。

冷えてから

**お手入れは冷えてから行う**

やけどの原因になります。

## ⚠ 注意

**なべを不安定な状態にしない**

トッププレートのふちに乗り上げていると本体の損傷や落下などにより、けが、やけどの原因になります。

**みそ汁やカレーなどを温めなおすときは、火力は弱めにしてかき混ぜながら行う**

強い火力で急激に温めると、底に沈んだみそやカレールーなどが突然吹き上がったり、なべがとび上がることがあり、やけどの原因になります。

**使用後は必ずお手入れをする**

調理くずや油分が残ったまま調理すると発煙、発火の原因になります。

**ロースター加熱のときは、小鳥など煙や臭いに影響を受けやすい小動物は、別の部屋に移す**
**換気扇をまわして換気をする**

# お願い

**ラジオやテレビを近づけないでください**

ラジオやテレビを近くに置きますと、ラジオやテレビに受信障害を及ぼすことがあります。
影響しないところまで離してお使いください。

**通電をやめた後も、本体からファンの回る音がしますが異常ではありません**

使用中、使用後に本体内部の温度を下げるために冷却ファンが回っています。
本体内部が一定温度まで下がると自動的に止まります。

**キャッシュカード、自動改札定期券、カセットテープなどは近づけないでください**

磁力線の影響で記録が消えるおそれがあります。

**付属の天ぷらなべは、初めてお使いになるときは、洗ってください。**

中性洗剤をスポンジにつけて洗ってください。
洗った後は、水気を拭きとってください。
スポンジのハード面での清掃や水を使う煮炊きはおやめください。さびの原因になります。

**ヒーターへの通電を切るときには、ヒーターの調節つまみを押し込んでから電源スイッチを「切」にしてください。**

●調節つまみが出ている状態で電源スイッチを「切」にしますと、再度「入」にしてもヒーターに通電はされません。ヒーターに通電する場合は、一旦調節つまみを押し込んでから、再度つまみを押して「入」の状態（つまみが出ている）にしてください。
●切り忘れ防止自動停止機能や、なべ無し自動停止機能が働いてヒーターの通電が自動停止した場合も同様に、一旦調節つまみを押し込んでから、再度つまみを押して「入」の状態にしてください。

**左・右ヒーターの火力が自動的に下がったり、火力を上げられないことがありますが異常ではありません。**

（左・右ヒーター使用のときは、先にハイパワーを設定したヒーターがハイパワー加熱になります。）

複数のヒーターを同時に使用した場合、消費電力が5800Wを越えないように、ヒーターの火力をハイパワーから1300Wの範囲で自動的に調整しているためです。
その場合のヒーターで使用できる火力については、火力表示ランプで確認してください。右表に各ヒーターの火力の代表的な組合せ例を示します。
なお、ヒーターをハイパワーでお使いになりたいときは他のヒーターの火力を下げるか、使わないでください。

| 形名 | 左ヒーター | 中央ヒーター又はロースター | 右ヒーター |
|---|---|---|---|
| BHP-M47AS<br>BHP-M46AS<br>BHP-M46A | 3000W | 使っていない | 2500W |
| | 2500W | 1550W(ロースター) | 1600W |
| BHP-M46BS<br>BHP-M46B | 2600W | 使っていない | 2600W |
| | 2000W | 1550W(ロースター) | 2000W |

# 各部のなまえとはたらき

## 本 体

（図はトッププレート幅60cmタイプ）

**吸排気カバー（吸気口・排気口）**

**着脱排気口**

**トッププレート**

**安全上のご注意表示**

**左IHヒーター**

| BHP-M47AS<br>BHP-M46AS/A | BHP-M46BS/B |
|---|---|
| 3000W | 2600W |

**天ぷら調理ランプ**

**左ヒーター火力表示ランプ**
（天ぷら調理時は油温度設定表示になります。）

**着脱ロースター庫**

**ロースター**
シーズヒーター　1250W
触媒用ヒーター
シーズヒーター　300W

**焼網**

**サイド飾り左**

**ロースター扉**

**ロースター取っ手**

**高温注意ランプ**
ヒーターに通電中は点灯、使用後はトッププレートなどが安全な温度になるまで点滅します。

**中央ヒーター/ロースター火力表示ランプ**

**中央ヒーター**
クイックラジエントヒーター　1250W

**オート調理機能進行表示（蛍光表示）**

**安全上のご注意表示**

**右IHヒーター**

| BHP-M47AS<br>BHP-M46AS/A | BHP-M46BS/B |
|---|---|
| 3000W | 2600W |

**天ぷら調理ランプ**

**右ヒーター火力表示ランプ**
（天ぷら調理時は油温度設定表示になります。）

**幕板（上面部分排気口）**

**サイド飾り右**

**形名表示位置**

**操作部**

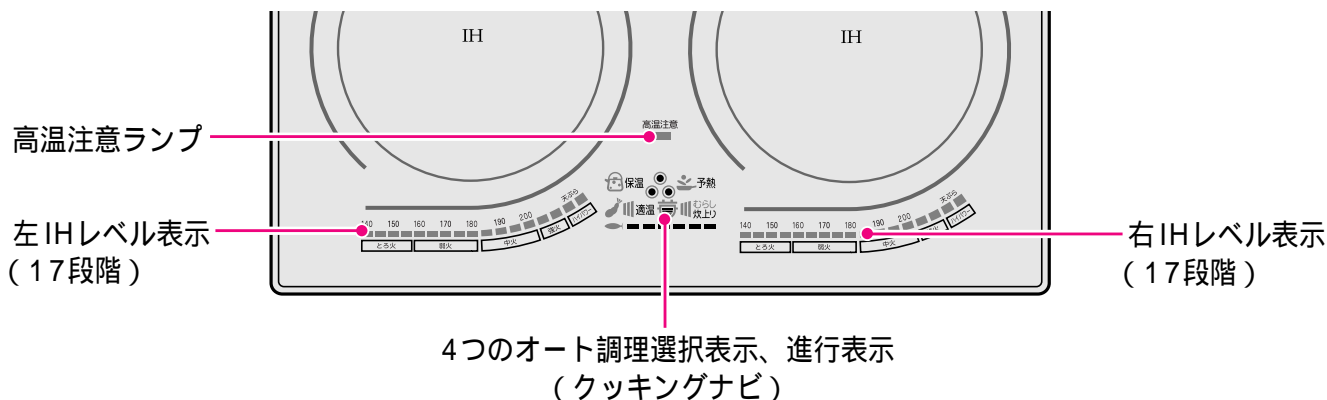
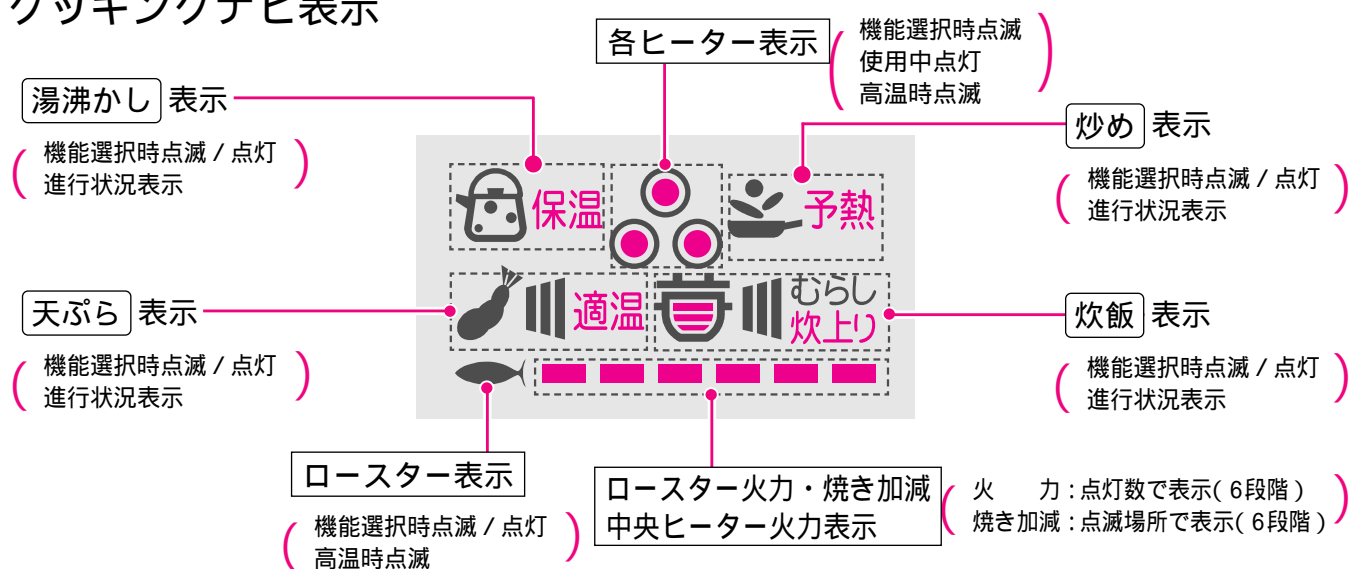
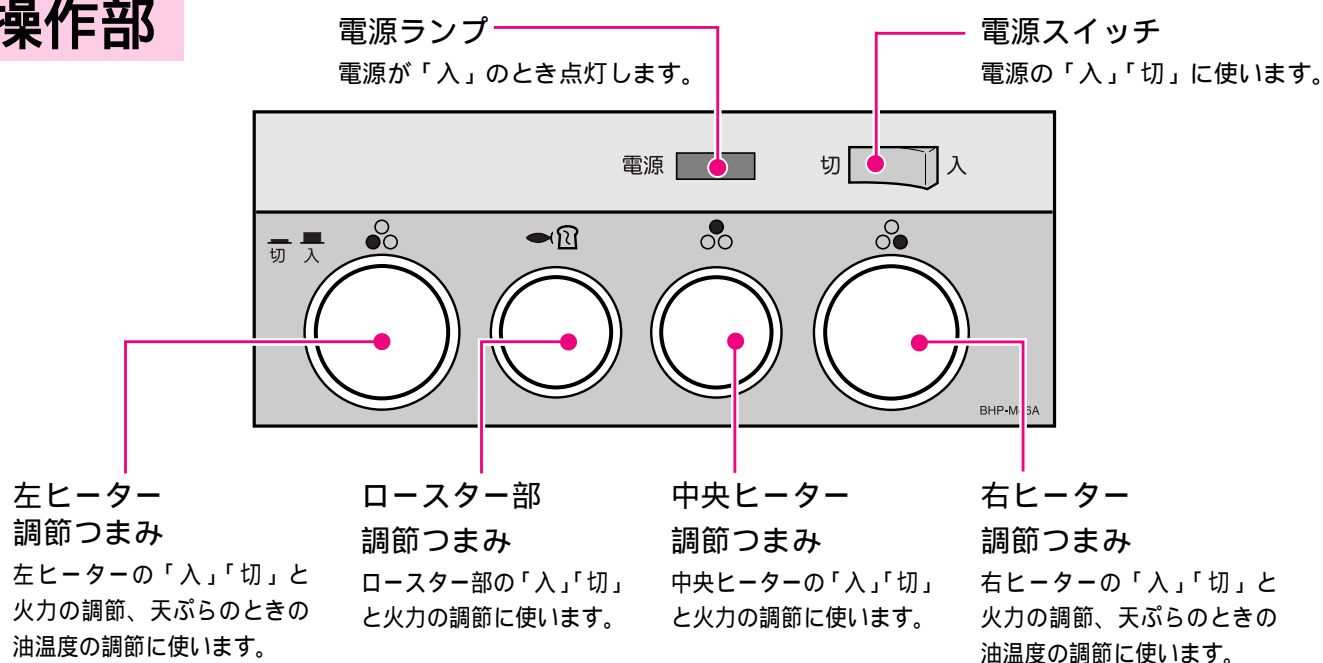
**パネル操作部**
使うときは扉を押して開きます。

**高温注意表示**

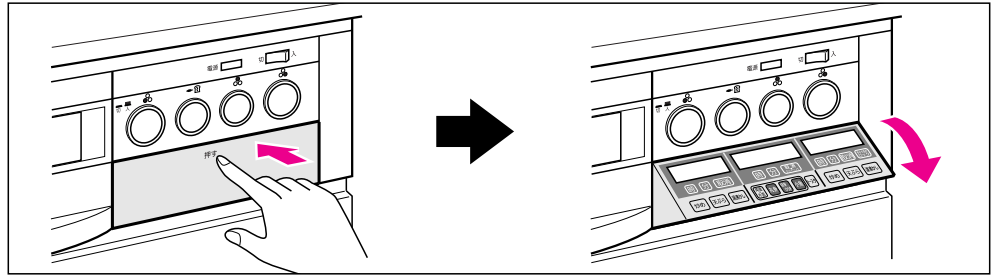
## 付属品

**天ぷら専用なべ（1個）**

※天ぷら以外に使用しないでください。

## ■トッププレート表示部

## ■クッキングナビ表示

## 操作部

**お知らせ** ● ロースターと中央ヒーターは同時には使用できません。

## ■パネル操作部

●使うときは扉を押して開きます。

### タイマー合わせキー

タイマーの時間合わせに使います。

- 取消 はタイマー用です。（15ページ）

（●調節つまみが出ていないときに他の操作を取り消す場合は、同じキーを押します。）

### タイマー時間表示

タイマーの設定時間、残り時間を表示します。

### ロースター用取消キー

長押しするとCL表示になり、ロースター庫内触媒をクリーニングします。（35ページ）

### 中央ヒーターロック表示

ロック中は電源を入れると ⊶● マークが表示されます。（11ページ）

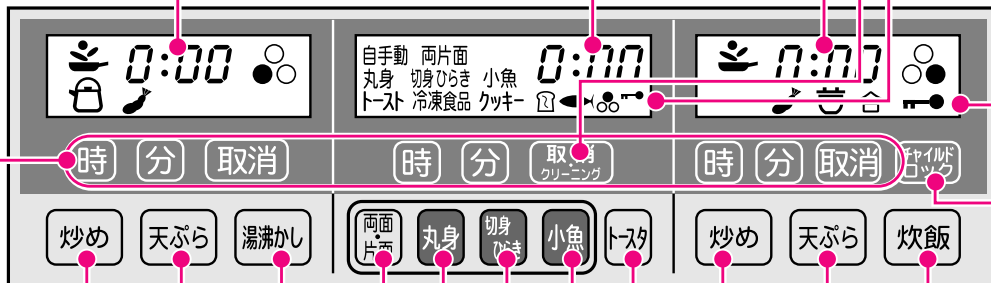
### チャイルドロック表示

ロック中は、電源を入れると⊶●マークが表示されます。

### チャイルドロックキー

設定をすると他のキー操作をできなくします。

時　分　取消　時　分　取消 クリーニング　時　分　取消　チャイルドロック

炒め　天ぷら　湯沸かし　両面・片面　丸身　切身ひらき　小魚　トースタ　炒め　天ぷら　炊飯

### 手動ロースター/両面・片面切換キー

両面、片面焼きの選択ができます。（26ページ）

（●両面…上下ヒーターが交互に入ります。
●片面…上ヒーターのみ入ります。）

### 自動ロースターキー

目的にあったキーを選択するとそれぞれに合った焼き加減が自動的に設定されます。（24ページ）

（●ヒーターは上ヒーターが入り途中から下ヒーターに切り換わります。）

### トースター機能キー（手動）

トースター機能を使うとき目的にあった機能を選択できます。（28ページ）
キーを押すごとに下記のとおり切り変わります。

つまみが出ていない時
トースト→冷凍食品→クッキー→解除（→トーストに戻る）

つまみが出ている時
トースト→冷凍食品→クッキー（→トーストに戻る）

### 左ヒーターオート調理キー

「炒め」「天ぷら」「湯沸かし」の中から1つ選択します。
（左右ヒーター各々1つだけ選択できます）

- 炒め …炒めものをするときに使います。（16ページ）
- 天ぷら …天ぷらをするときに使います。（18ページ）
〈必ず付属の天ぷらなべを使用してください〉
- 湯沸かし …湯を沸かすときに使います。（20ページ）

### 右ヒーターオート調理キー

「炒め」「天ぷら」「炊飯」の中から1つ選択します。
（左右ヒーターで各々1つだけ選択できます）

- 炒め …炒めものをするときに使います。（16ページ）
- 天ぷら …天ぷらをするときに使います。（18ページ）
〈必ず付属の天ぷらなべを使用してください〉
- 炊飯 …炊飯するときに使います。（22ページ）

**お知らせ**　●左右ヒーター同時に「炒め」と「炒め」または「天ぷら」と「天ぷら」での設定はできません。

# チャイルドロック/中央ヒーターロックの使いかた



## チャイルドロック（お子様がいらっしゃるご家庭に）

**チャイルドロックは、お子様などの誤操作を防止する機能です。**

**チャイルドロックを設定するとすべてのヒーターおよびロースターの通電ができなくなります。
電源スイッチを切っても、チャイルドロックはそのまま記憶されます。**

**※ヒーター通電中は、「チャイルドロック」キーを受け付けません。
ヒーターの通電を切ってから設定または解除してください。**

### チャイルドロックを設定するとき

**1 電源スイッチを「入」にする**

**▶電源ランプが点灯します。**

●各ヒーターのつまみが出ていると設定できません。
つまみを押して収納してください。

●ヒーターの通電中は「チャイルドロック」キーを受け付けません。
ヒーターの通電を切ってから行なってください。

**2 チャイルドロック キーを3秒以上押し続ける。**

**▶ブザーが鳴り、🔑マークが点灯します。**

### チャイルドロックを解除するとき

**1 電源スイッチを「入」にする**

**▶電源ランプが点灯します。**

●各ヒーターのつまみが出ていると解除できません。
つまみを押して収納してください。

**2 チャイルドロック キーを3秒以上押し続ける。**

**▶ブザーが鳴り、🔑マークが消灯します。**

## 中央ヒーターロック

**中央ヒーターロックは、中央ヒーターをご使用にならない場合に誤って通電をしてしまうのを防止する機能です。**

**中央ヒーターロックを設定すると、中央ヒーターの通電ができなくなります。
電源スイッチを切っても、中央ヒーターロックはそのまま記憶されます。**

**※ヒーター通電中は中央ヒーターロックの設定ができません。
ヒーターの通電を切ってから設定または、解除してください。**

### 中央ヒーターロックを設定するとき

**1 電源スイッチを「入」にする**

**▶電源ランプが点灯します。**

●各ヒーターのつまみが出ていると設定できません。
つまみを押して収納してください。

●ヒーターの通電中は「中央ヒーターロック」の操作を受け付けません。
ヒーターの通電を切ってから行なってください。

**2 中央ヒーターのタイマー 取消 キーと チャイルドロック キーを同時に押す**

**3秒以上押してください。**

**▶ブザーが鳴り、🔑マークが点灯します。**

### 中央ヒーターロックを解除するとき

**1 電源スイッチを「入」にする**

**▶電源ランプが点灯します。**

●各ヒーターのつまみが出ていると設定できません。
つまみを押して収納してください。

**2 中央ヒーターのタイマー 取消 キーと チャイルドロック キーを同時に押す**

**3秒以上押してください。**

**▶ブザーが鳴り、🔑マークが消灯します。**

# 使えるなべについて

なべの材質や底の形状により、使えるなべと使えないなべがあります。なべをお求めになるとき、ご使用になる前にお確かめください。

## 左・右ヒーター（IHヒーター）と中央ヒーターで使えるなべについて

■ IHヒーター … 使えるなべでも、火力が弱くなったり、使えないなべがあります。
財団法人製品安全協会の SIH  SCH·IH マークのあるなべをお勧めします。

■中央ヒーター … IHヒーターで使えないアルミや銅のなべが使えます。火力は弱くなります。

| なべの材質 | | 左右ヒーター（IHヒーター） | 中央ヒーター（クイックラジエントヒーター） |
|---|---|---|---|
| 鉄・鉄鋳物・・・・・ | | ○ 使えます | ○ 使えます |
| 鉄ホーロー・・・・・ | | ○ 使えます<br>■ホーローなべは空焼をしたり、焦げ付かせないようにしてください。底面のホーローが溶けて、焼き付き、トッププレートの損傷の原因になります。<br>× 使えません<br>■鉄ホーロー製の魚焼器は使えません。 | ○ 使えます<br>■耐熱ホーロー以外のなべは使えません。<br>（耐熱ホーローと表示のあるものを使用してください） |
| ステンレス・・・・・ | 一層なべ（18-0）〈磁石の付くなべ〉 | ○ 使えます | ○ 使えます |
| | 一層なべ（18- 8 18-10） | ○ なべ底厚さが0.8mm以下 | |
| | | △ なべ底厚さが0.8mmを超えるもの。火力が弱くなったり使えないものがあります。 | |
| | 多層なべ（クラッドなべなど） | △ 火力が弱くなったり使えないものがあります。なべによっては、製品内部温度が上り、「C15」「C25」表示して、途中で使えなくなる場合があります。<br>■ 3層で間に鉄を挟んでいるものや底が18-0ステンレスのものは使えます。 | |
| アルミ・・・・・ | 銅・・・・・ | × 使えません | ○ 使えます<br>■打ち出しで作られた薄手のなべは、変形したり火力が弱くなったりします。 |
| 耐熱ガラス・・・ | 陶磁器（土なべなど）・ | × 使えません | ×<br>●耐熱ガラスのなべは割れることがあります。<br>●土なべの使用はトッププレートが傷ついたり、割れたりすることがあります。 |

●揚げ物には、「付属の天ぷらなべ」をお使いください。
●左右のIHヒーターは、なべの種類によっては、調理中「ブーン」とか「ジー」という音が発生する場合があります。
これは磁力線によりなべが振動するためで異常ではありません。
●左右のIHヒーターを同時に使用した場合、なべの種類によっては、調理中に共鳴音「キーン」とか「キューン」という音がしますが、これも磁力線によりなべが振動するためで異常ではありません。
●左右のIHヒーターをお使いになるとき‥‥
•多層なべでステンレスに見えても、アルミなどを間にはさんだものは、加熱しないことがあります。
•フライパンなどは底の厚いものの方がなべ底が変形しにくくまた、温度むらが少なく焦げにくくなります。
•鉄製フライパンやなべ底厚さの薄いフライパンを予熱すると赤熱することがあります。推奨するフライパンをご使用ください。

- 操作手順は ……………………… 1 2 3
- 操作により自動的に変わる状態 … ▶
- 表示ランプの点灯は ………………
- 表示ランプの点滅は …………

## なべの形状

### 左右ヒーター（IHヒーター）

**底の形状**

- 平らでトッププレートに密着するもの

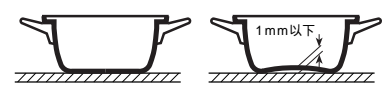
- 中華なべなどの底の丸いもの

- 底に脚部やソリ、へこみがあるもの。

**底の直径**

○
- 12～26cmのもの（トッププレートに接する面）

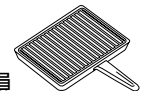
※約12～14cmのものは火力が弱くなったり使えないものがあります。

×
- 12cm未満のもの
- 26cm以上のもの

※26cm以上のものは、トッププレートからはみ出したり、うまく調理できないことがあります。

なべ底の厚さが0.6mm以下のもの
- なべ底がそることがあります。

### 中央ヒーター（クイックラジエントヒーター）

**底の形状**

- 底が平らで、厚手のなべが適しています。

※中央の凹が1mm以下のものが適しています。

- 凹凸のものは使えません。

×

※ヒーターの損傷や寿命を縮める原因になります。
- ガス用魚焼器・網

※トッププレートの損傷の原因になります。

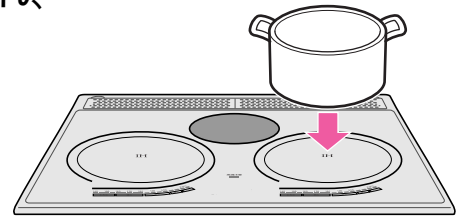
**底の直径**

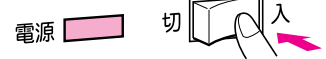
- 14～17cmのものが適しています

- 17cmをこえるもの、14cm未満のもの

## 左・右ヒーター（IHヒーター）で使えるなべの見わけかた

**左右どちらのIHヒーターを使っても見分けられます。**

### 1 なべに水を入れ、右ヒーターの中央に置く

### 2 電源スイッチを「入」にし、

**つまみを押す**

▶電源ランプが点灯します。
▶右ヒーター調節つまみが出ます。
▶右ヒーター火力表示ランプが点滅します。

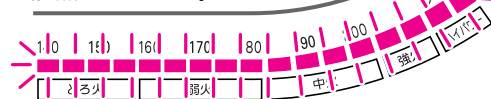
### 3 つまみを回す

#### ○使えるなべのとき

トッププレートの右ヒーター火力表示ランプが点灯。
▶ヒーターに通電されます。

使えるなべと見わけても、材質や形状によっては火力が弱くなる場合があります。

#### ×使えないなべのとき

トッププレートの右ヒーター火力表示ランプが点滅。
使用なべ検知機能が働き、
なべは加熱されません。

約1分後にランプが消灯し、ブザーが鳴り自動的に通電が止まります。

### 4 つまみを押す

**電源スイッチを「切」にする**

- ヒーターの通電が止まります。

- 確認したら、すぐに調節つまみを押して通電を切ってください。
  そのまま放置すると、使えるなべの場合はなべが熱くなります。

# 左・右ヒーターの使いかた

**左ヒーターを使う場合で説明しますが右ヒーターも同じです**

※左・右ヒーターで使えるなべについて　**（12ページ）**

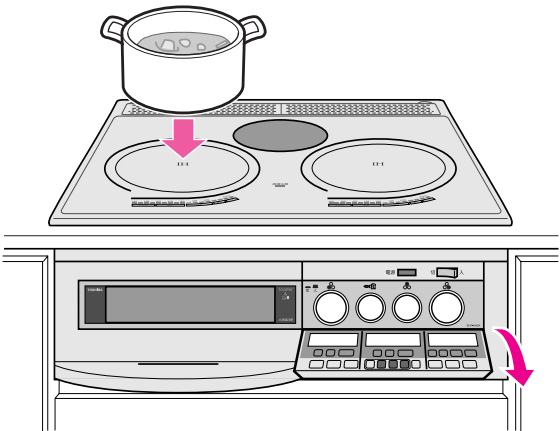
**IHヒーターで調理するときのポイント**

①**立ち上がりが早い** ………………… 焼きもの、炒めものの予熱は、「中火」で行なってください。
強火で予熱すると空だき状態となり、こげついたり、なべが変形することがあります。

②**熱効率がよい** ……………………… なべ自体が発熱するので、エネルギーを効率よく伝えます。
調理に合わせて、火力を調節してください。

③**なべの材質で火力が違います** … なべの材質によって消費電力が違ってくるためです。
「鉄」→「有磁性ステンレス（18-0）」→「非磁性ステンレス（18-8、18-10）」の順で火力が弱くなります。**（12ページ）**

## 準備

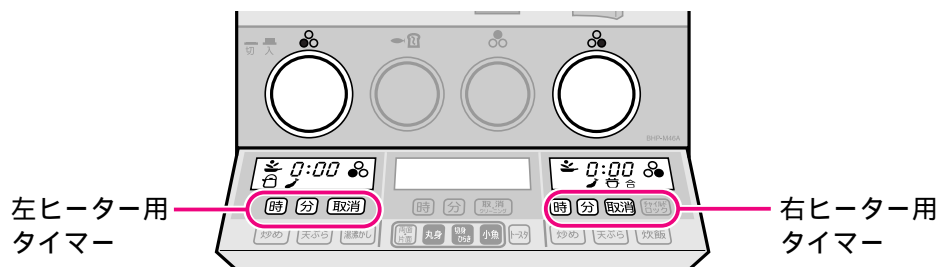
1 **なべに材料を入れ、左ヒーターの中央に置く**
2 **電源スイッチを「入」にする。**
**タイマーを使う場合はパネル操作部を手前に出す。**

## 火力調節と火力表示ランプについて

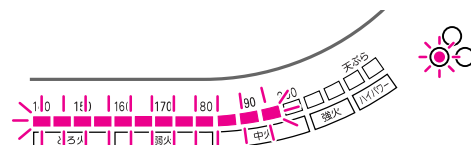
**左・右ヒーターの火力表示と火力は次のようになっています。**

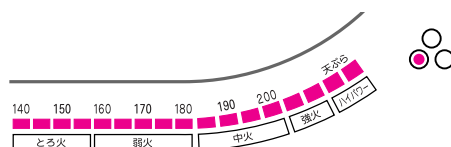
| 火力（W） | | 表示ランプ | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | とろ火 | | | | 弱　火 | | | | | 中　火 | | | | 強　火 | | ハイパワー | |
| AS/A | BS/B | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 120 | | ■ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 150 | | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 200 | | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | |
| 250 | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | |
| 300 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | |
| 350 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | |
| 400 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | |
| 450 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | |
| 500 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | |
| 600 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | |
| 800 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | |
| 1050 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | |
| 1300 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | |
| 1600 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 2000 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 2500 | 2300 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| 3000 | 2600 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

**お知らせ**

- 火力をハイパワーで約10分間連続で使用した場合、火力は自動的に2000Wに低下します。続けて高火力でご使用になる場合は、ヒーター調節つまみで再度調節してください。最大30分まで、ハイパワーでご使用になれます。
- 空だきや、油の予熱など調理物が少ない場合は、安全のため温度過昇防止機能・自動停止機能が働き運転を停止することがあります。

● 操作手順は ……………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 1 つまみを押す

▶調節つまみが出ます。
▶トッププレート手前左側のヒーター火力表示ランプおよびクッキングナビの 表示が点滅します。
●調節つまみを、押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

## 2 つまみを回し火力を調節する

▶ヒーター火力表示ランプおよびクッキングナビの 表示が点灯します。
▶ヒーターに通電されます。

**お願い**
●焼きもの、炒めものなどで少量の油を使って予熱する場合、油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。火力を弱めに調節して加熱しすぎないよう注意してお使いください。油煙が多く出たときは加熱のしすぎです。すぐに通電をやめてください。
●みそ汁やカレーなど沈殿物やとろみのある調理物の温め直しの場合は、弱火でかき混ぜながら温めてください。火力が強すぎると沈殿物が突然噴き上がったり、飛び散ったりすることがあります。

### タイマーを使う場合

 キーで時間を設定する

タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まる。

30

<30分に設定した例>
残り時間は1分刻みで減ります。

**設定できる時間**
●「弱火」以下9時間50分/「中火」以上1時間
時 …1時間間隔
分 …30分まで1分間隔（30分以降は5分間隔）
1時間以上の設定は初めから10分間隔
取消 …タイマーを取り消すときに押す

## 3 調理が終わったら つまみを押す

**パネル操作部を収納し（タイマー使用時）、電源スイッチを「切」にする**

●ヒーターの火力が強い場合、なべや、やかんの形状などによってはふきこぼれをしたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあります。湯が沸騰したら適当な火力に落としてお使いください。

# 4つのオート調理機能の使いかた

**左・右のヒーターでつぎの機能を使うことができます。**

左右各々1つを使うことができます。ただし、左右同時に「炒め」と「炒め」または「天ぷら」と「天ぷら」の設定はできません。

| | | |
|---|---|---|
| 炒め …**高温炒めもの機能** | 高温で炒めものをおいしく調理することができます。(予熱完了お知らせ付き：中火時のみ) | 左・右ヒーター |
| 天ぷら …**天ぷら温度調節機能** | 油の温度をコントロールして、天ぷらや揚げものを、火力調節の手間がなく調理することができます。 | 左・右ヒーター |
| 湯沸かし …**自動湯沸かし機能** | 1ℓ～2ℓの水を自動で沸騰を検知してお知らせし、その後自動で保温(30分間)します。 | 左ヒーターのみ |
| 炊飯 …**自動炊飯機能** | 1合～3合のご飯を自動で炊き上げます。 | 右ヒーターのみ |

## お知らせ

- オート調理機能は、左右各々のヒーターで1つ使用できます。
  最初にお使いになった機能が優先されます。(左右同時に「炒め」と「炒め」または「天ぷら」と「天ぷら」の設定はできません。)
- ロースター、中央ヒーター使用時は、オート調理機能は左右のどちらか1箇所だけが使えます。左右同時使用はできません。
- オート調理開始後は、他のオート調理の設定、変更はできません。
  キーを押しても受け付けません。一度つまみを押して切ってから再度設定し直してください。
- オート調理での火力変更は、各々の機能について、つぎのようになっています。

  炒め …**火力調節ができます。**(ただし、予熱完了のお知らせは中火時のみです)

  天ぷら …**火力調節はできません。**(2000Wが自動的に設定されています)

  湯沸かし …**火力調節はできません。**(最高火力が自動的に設定されています。※お使いになるなべや、やかんによって火力は変わります。)

  炊飯 …**火力調節はできません。**
- 消費電力を5.8KWと4.8KWに切り換えることができます。(切り換え方法は設置工事説明書をご覧ください)
  4.8KW設定時はオート調理機能は左右のどちらか1箇所だけが使えます。左右同時使用はできません。

# 炒めもの調理のしかた (左・右ヒーターのどちらかを使います)

**お知らせ** ● 左ヒーターと右ヒーター同時に「炒め」の設定はできません。どちらか一方のみです。

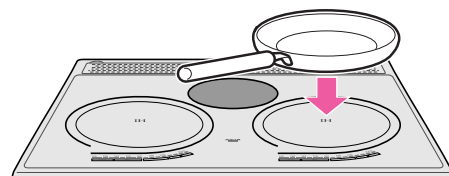
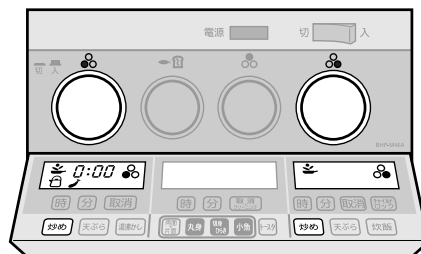
## 調理のポイント

- IHは火力が強く、すばやく温度が上がりますので、材料を先に準備してください。
- フライパンの種類によっては、空焼きをすると高温になり過ぎて、底面が変形することがあります。
- 調理にあった火力に調節してご使用ください。

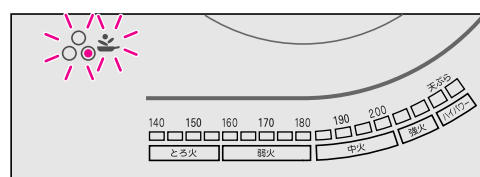
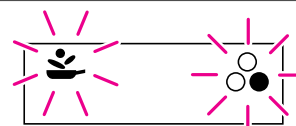
**ハイパワー** ……肉類を焼くとき、多量の材料をいっきに炒めたいときなど
**強　火** …………一般的な炒めものに
**中　火** …………卵料理など(予熱をする場合の火力も弱めでフライパンなどが高温になり過ぎないようにしましょう)
**弱　火** …………中までじっくり火を通すとき

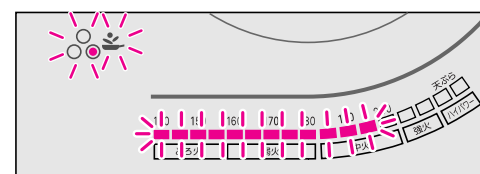
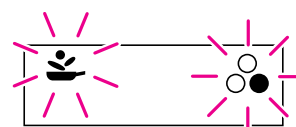
● 少量の油を入れて予熱をしないでください。IHは火力が強く、すばやく温度が上がります。
予熱をする場合は油量と火力によっては、油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。

## 準備

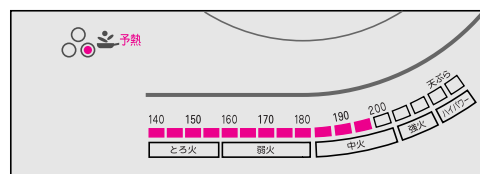
**1 材料を準備します。**
**2 フライパンなどを左右どちらからお使いになるヒーターの中央に置く。**
**3 電源スイッチを「入」にし、パネル操作部を手前に出す。**

- 操作手順は ……………………… 1 2 3
- 操作により自動的に変わる状態 … ▶
- 表示ランプの点灯は ………………
- 表示ランプの点滅は …………

## 右ヒーターを使う場合で説明します（左・右どちらでも使えます）

### 1 炒め キーを押す

**▶ 表示および 右ヒーター表示が点滅します。**
**▶ クッキングナビの 表示および 表示が点滅します。**
- 左右どちらでもできます。

### 2  つまみを押す

**▶ 調節つまみが出ます。**
**▶ トッププレート手前のヒーター火力表示ランプが点滅します**
- 調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。

### 3  つまみを回し、火力を調節する

**▶ 表示および 右ヒーター表示が点灯に変わります。**
**▶ ヒーター火力表示ランプおよびクッキングナビの 表示が点灯に変わります。**
**▶ ヒーターの火力は最初は自動的に中火（1050W）に設定されます。**
- 調理にあわせて、つまみを回して火力を調節してください。

**▶ 予熱が完了するとクッキングナビの予熱が消え が点灯、点滅しブザーが鳴ります。**

**お知らせ**
- 調理の途中で（空焼きなど）温度が上がり過ぎるのを防ぐために火力が自動的に下がる場合があります。火力が下がった場合は、フライパンをあおったり、つまみを回し、火力を再設定すれば火力を強めることができます。
- 空焼きをつづけると安全のため、C16、C26が表示され通電を停止します。
- 予熱報知は中火時のみです。それ以外の場合は、予熱完了表示・報知機能は働きません。トッププレートが高温時は予熱表示されない場合があります。

**調理をする**

###  4 調理が終わったら  つまみを押す

**パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

使いかた

# 天ぷら調理のしかた（左･右ヒーターのどちらかを使います）

## ⚠警告

禁止

**揚げもの調理中はそばをはなれない**

油の温度が上がりすぎたとき、火災の原因になります。
炒めもの、焼きものなど油を使う調理をするときも、そばを離れないで、加熱しすぎないよう火力調節をしてください。
もし、油煙が多く出たらすぐに電源スイッチを「切」にしてください。

必ず付属の天ぷらなべと天ぷら調理キーを使う

**付属の天ぷらなべを使う**
**左･右ヒーターの天ぷら調理キーを使う**

底に凹凸やそりのあるなべを使ったり、中央ヒーターを使いますと油温度調節機能がはたらかず、油の温度が上がりすぎて火災の原因になります。

油の量は200g以上

**油の量は200g以上で調理する**

油の量が少ないと油の温度が上がりすぎ、火災の原因になります。

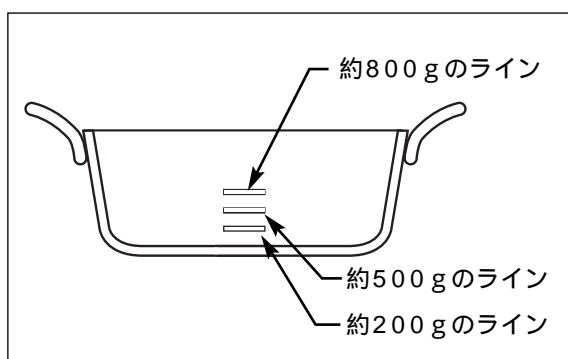
### お知らせ

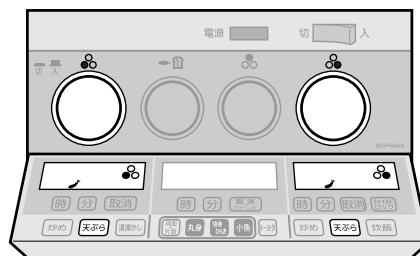
- ●他のオート調理機能（湯沸かし、炒め、炊飯）のうち、いずれか1つの機能とは同時に使用ができます。
  ただし、ロースター、中央ヒーター使用時は、左右のヒーターのどちらか１つの機能だけが使用できます。
- ●左右ともに 天ぷら の同時使用はできません。
- ●ロースター、中央ヒーター使用時に 天ぷら を使用する場合は、他のオート調理機能を終了してから使用してください。

### 準備

**1 付属の天ぷらなべに800gの油を入れ、左右どちらかお使いになるヒーターの中央に置く。**

- ●めやすとしては付属の天ぷらなべの上のラインに合わせたときの量です。
- ●**200g未満の油では調理しない。（下のラインに合わせたときの量です）また、800g以上の油を入れないでください。調理材料を入れたときに油がこぼれるおそれがあります。**

**2 電源スイッチを「入」にして、パネル操作部を手前に出す。**

**お願い**
- ●付属の天ぷらなべの底に凹凸やそりがないか定期的に点検してください。
- ●他機種の天ぷらなべは使用しないでください。付属の天ぷらなべを使用してください。（なべ底中央に「TC4」表示）
- ●天ぷら油などがロースター扉や取っ手に付着したままロースターを使用すると、塗装がはがれる場合があります。

● 操作手順は ……………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 右ヒーターを使う場合で説明します（左・右どちらでも使えます）

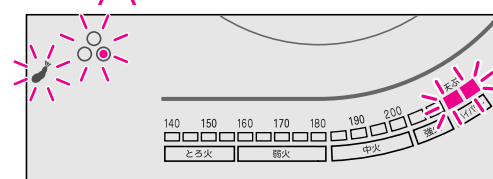
### 1 天ぷら キーを押す

油の量を表示します

● 油の量に合わせて800g、500g、200gを選びます。（天ぷら キーを押すごとに「800」→「500」→「200」→解除の順にくり返します）

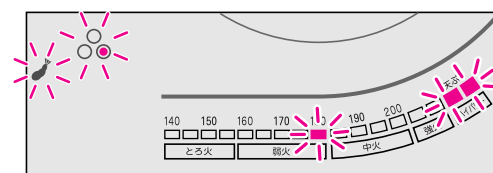
▶ **表示および油の量表示が点滅し、トッププレート手前右側の天ぷら調理ランプが点滅します。**

▶ **クッキングナビの および 表示が点滅します。**

● 左右どちらでもできます。

### 2 つまみを押す

▶ **調節つまみが出ます。**

▶ **トッププレート手前の油温度設定表示ランプ（180）が点滅します。**

● 調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

### 3 つまみを回し、油温度の設定をする

揚げもの調理の温度調節の目安は P34

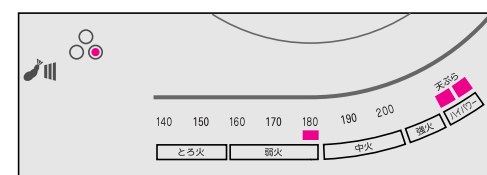
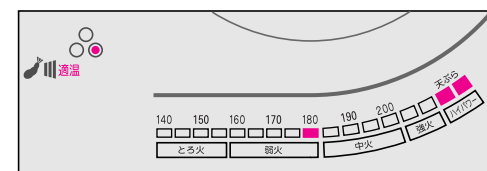
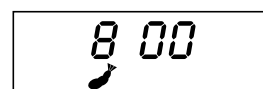
▶ **天ぷら調理ランプおよび油温度設定表示ランプが点灯に変わります。**

▶ **ヒーターに通電されます。**

▶ **クッキングナビにより進行状況をお知らせします。**

**クッキングナビ表示**

設定温度に近づくにつれてバーの点滅表示が移動し完了時「適温」を表示

**調理をする**

### 4 調理が終わったら  つまみを押す

**パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

# 湯沸かしのしかた（左ヒーターのみで使えます）

湯沸かし キーを使うと最大の火力により、自動で沸騰させながら、その後火力を落として保温します。
そのまま、放置したときも約30分間で自動的に通電を停止します。

## お知らせ

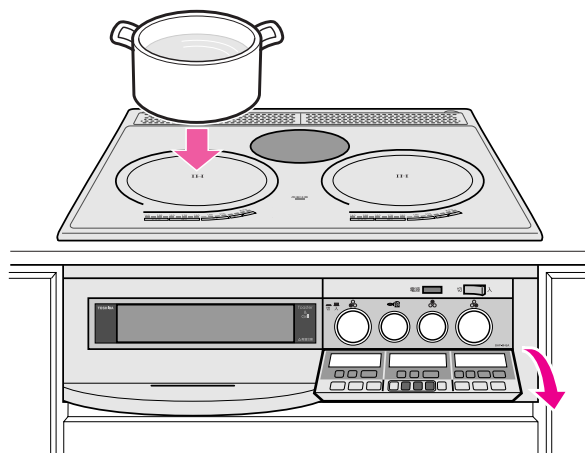
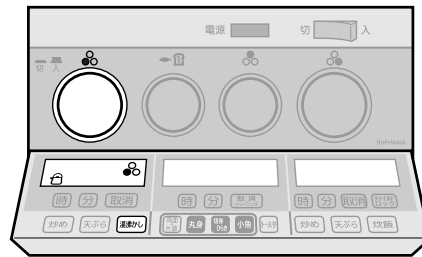
●揚げもの調理後など、トッププレート表面が熱い場合は 湯沸かし キーは入りません。
　正しく温度センサーが働かなくなるためです。
　このような場合は、通常の加熱方法で行なってください。
●右ヒーターの他のオート調理機能（天ぷら、炒め、炊飯）のうち、いずれか1つの機能とは同時に使用ができます。
　ただし、ロースター、中央ヒーター使用時は左右ヒーターのどちらか1つの機能だけが使用できます。
●ロースター、中央ヒーター使用時に 湯沸かし を使用する場合は、他のオート調理機能を終了してから使用してください。

## 準備

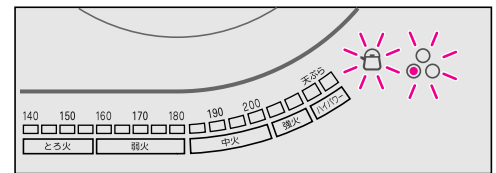
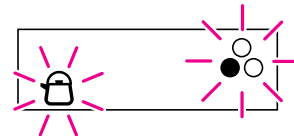
**1 底の平らなやかんやなべに1ℓ～2ℓの水を入れて左ヒーターの中央に置く。**

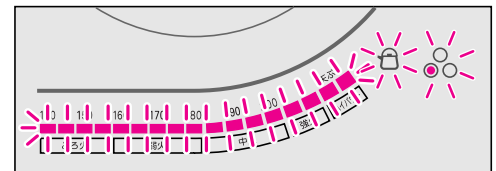
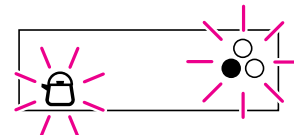
●1ℓ未満の水を入れた場合は、沸騰のお知らせが遅れて、ふきこぼれたり、空だきになる場合があります。
●2ℓを超える水を入れた場合は、沸騰前に終了する場合があります。

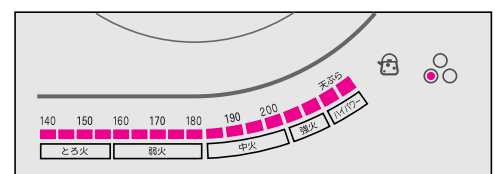
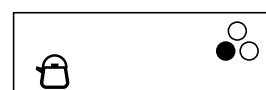
●底のへこんだやかんやなべを使用すると、お知らせが遅れて、ふきこぼれたり、空だきになる場合があります。
●なべの材質や厚み、底の形状、水温、水量によっては沸騰前に終了したり、ふきこぼれることがあります。

**2 電源スイッチを「入」にしてパネル操作部を押して手前に出す。**

● 操作手順は ……………………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 左ヒーターのみで使えます

### 1 湯沸かし キーを押す

▶ 表示および 左ヒーター表示が点滅します。
▶クッキングナビの 表示が点滅します。
●トッププレートが調理後などで熱い場合はブザーが鳴り、湯沸かし キーを受けつけません。通常の加熱方法で行なってください。

### 2 つまみを押す

▶調節つまみが出ます。
▶トッププレート手前左側のヒーター火力表示ランプが点滅します。
●調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。

### 3 つまみを回し湯沸かしスタート

▶ 表示および 左ヒーター表示が点灯に変わります。
▶クッキングナビにより進行状況をお知らせします。
▶ヒーター火力表示ランプが点灯に変わります。
▶自動的に火力「ハイパワー」でヒーターに通電されます。
●調節つまみを回して火力を落すと「湯沸かし」を中止し、通常加熱に変わり、調節した火力で加熱します。

**クッキングナビ表示**

沸騰をブザーと表示でお知らせします。

 ▶ 


▶自動的に火力は沸騰に近づくにつれて下がります。
●火力表示は変わりません。

▶自動的に火力「弱火」で保温します。  そのまま放置した場合、約30分後にブザーが鳴り通電が切れます。

**お願い**

●沸騰するまではふたの開け、閉めや水や具の追加をしないでください。温度センサーが正しく働かなくなり、沸騰前に終了したり、ふきこぼれたりします。
●なべの材質や厚み、水温、水量によっては沸騰の前に終了したり、ふきこぼれることがあります。

### 4 つまみを押す

**パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

**お願い**

●ひきつづき、調理をする場合は一度調節つまみを押して、終了してから、再度、通常の加熱方法で行なってください。

# 炊飯のしかた（右ヒーターのみで使えます）

炊飯 キーを使うと火力を自動で調整し、ひたし炊きから沸騰させてその後火力を落としてむらしまでを行ないます。保温はしませんので炊き上がったらすばやくご飯全体をよくほぐしてください。

## お知らせ

●揚げものや炒めものの調理直後など、トッププレート表面が熱い場合は 炊飯 キーは入りません。正しく温度センサーが働くなるためです。
●左ヒーターの他のオート調理機能（天ぷら、炒め、湯沸かし）のうち、いずれか1つの機能と同時に使用ができます。ただし、ロースター、中央ヒーター使用時は、左右ヒーターのうちどちらか１つの機能だけが使用できます。
●ロースター、中央ヒーター使用時に 炊飯 を使用する場合は、他のオート調理機能を終了してから使用してください。

## おいしいご飯のコツ

1 **お米を選ぶ**……………………………… ●割れ米が少なく、つやと透明感のあるお米を選ぶ。
●精米してから2週間以内を目安に、保存は密閉して冷暗所で！
2 **お米を正しく計る**…………………… ●計量は、市販の計量カップ（180ml）で計る。
●計量米びつでは誤差が出ることがあります。
3 **水が澄むまで、手早く洗う**……… ●ヌカくさくなるので、ゆっくり洗ったり、お湯を使って洗わない。
●無洗米は底から2～3回かきまぜて、お米となじませてください。
4 **水を選んで、正しく水加減する**… ●水温は30°C以下、夏場はなるべく冷水を使う。
●黄変やべちゃつきの原因になるので、PH9以上のアルカリ水は使わない。
●ひたしは30分間（冬場は1時間）行なってください。
5 **炊きあがったら、すぐほぐす**…… ●余分な水分をとばして、ふっくらおいしくします。

## 準備

**1 お米を正確に計り、最初にたっぷり水を加えてさっとかきまぜ、すぐに水を捨てます。「とぐ」と「水で洗い流す」を水が澄むまでくり返します。**
**2 お米をザルに上げて充分に水を切ります。なべにお米を入れ、水加減をして、30分以上浸して水分をよくお米に含ませます。（冬場は1時間以上）**
**3 なべを右ヒーターの中央に置く。**
**4 電源スイッチを「入」にしてパネル操作部を押して手前に出す。**

**※水かげん**

**●白米・胚芽精米**

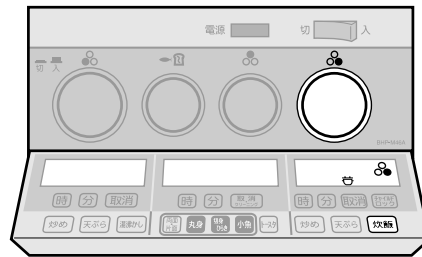
| お米の量 | 水の量 | 炊飯時間の目安 |
|---|---|---|
| 1合 | 200ml | 35～45分 |
| 2合 | 400ml | 36～46分 |
| 3合 | 560ml | 37～47分 |

**●無洗米**

| お米の量 | 水の量 |
|---|---|
| 1合 | 240ml |
| 2合 | 450ml |
| 3合 | 650ml |

※炊飯時間の目安は、室温、水温などにより、さらに10分程度変わる場合があります。

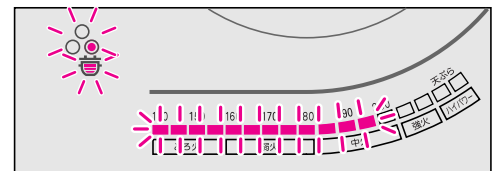
●使用できるなべはなべ底平坦面の径が18～22cm、なべの深さが8cm以上、なべ底の厚さが2.5mm以上のものをお使いください。
単層なべ、ホーローなべの場合は、こげやすいので、多層なべをお使いください。
※必ず SIH S CH-IH マークのあるなべを使用してください。
●合数をまちがえた場合は炊けません。炊飯スタートするまえにもう一度正しく設定されているか、確認してください。

● 操作手順は ……………………… 1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 右ヒーターのみで使えます

### 1 炊飯 キーを押す

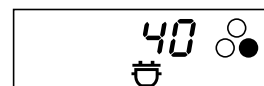
●お米の量に合わせて1合〜3合を選びます。
（炊飯 キーを押すごとに「3合」→「2合」→「1合」→解除の順にくり返します）
**▶ 表示および 1合 表示、右ヒーター表示が点滅します。**
**▶クッキングナビの 表示および 表示が点滅します。**
●調節つまみを回した後には、合数の変更はできません。

### 2 つまみを押す

**▶調節つまみが出ます。**
**▶トッププレート前側のヒーター火力表示ランプが点滅します。**
●調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

**お知らせ**
● 炊飯 キーを押して合数の変更はできます。

### 3 つまみを回し炊飯スタート

炊飯 キーを押した時だけ 合 表示されます。

**▶ 表示および 表示が点灯に変わり、1合 表示が目安時間表示に切り換り表示されます。**
**▶ヒーター火力表示ランプが点灯に変わります。**
**▶クッキングナビにより進行状況をお知らせします。**

**お知らせ**
● 炊飯 キーを押しても合数の変更はできません。一度つまみを押してから1よりやり直してください。（1分以内）

**クッキングナビ表示**
炊上りをブザーと表示でお知らせします。

むらし　炊上り

**▶火力は自動的に変化します。**
●火力表示は変わりません。
●むらしは「とろ火」になります。

※目安時間から炊き上りまでの残時間に途中で切り換ります。

### 4 つまみを押す

**すぐにほぐしてください。**
●ふたを開ける際にやけどに注意してください。

**パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

お願い

●炊き上るまではふたの開け閉めやなべの移動はさせないでください。センサーが正しく働かなくなり、炊けません。
●炊飯中は、なべのふたや穴から泡などが飛び散ります。
●保温はしません。

使いかた

# 自動ロースターの使いかた（中央ヒーターと同時には使えません）

## ⚠ 注意

禁 止

**使用中・使用後しばらくは**
**ロースター扉に触れない**

高温のためにやけどをします。

水を入れる

**ロースターはロースター受け皿に水を入れて使用する（トースター機能除く）**
**トースター機能で魚等、油脂類を調理しない**
**調理物が発火した場合は電源スイッチを「切」にする**

調理物が発火して火災の原因になります。調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。
空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

- ●自動ロースター時は、上ヒーターにより先に表面を焼き、途中で自動で下ヒーターに切り換り下面を焼きます。途中でロースター扉を開けないでください。
- ●トースター機能使用直後にロースター機能を使用すると、ロースター受け皿に水を入れても水なし検知が働き、（C42表示）加熱を中止することがあります。トースター機能使用後は、ロースタ庫が冷えてからご使用ください。
- ●必ずロースター庫を取り付けて使用してください。

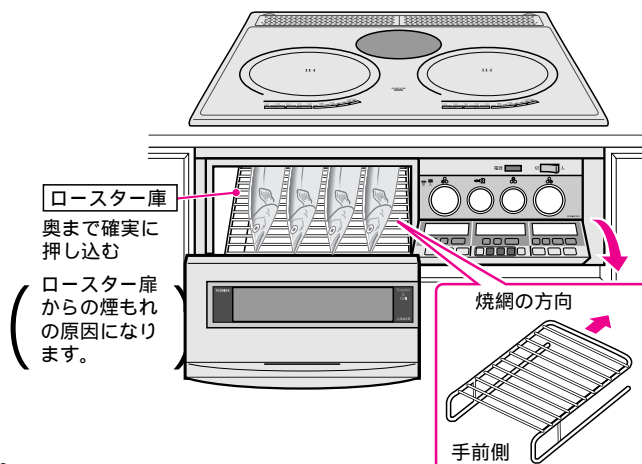
### 準備

**1 ロースター受け皿に焼網を置き、**
**コップ1杯の水（約200cc）を必ず入れる。**

**水を入れずに使うと**

- ●調理物や落ちた油が燃える原因になります。
続けて焼くときも、たまった油分を捨て、水をつぎ足してください。（高温のためやけどに注意）
- ●ロースター受け皿水なし検知が働き、加熱を停止することがあります。（ C 42 表示）

**2 魚を焼網の中央にのせロースター扉を奥まで確実に閉める。**

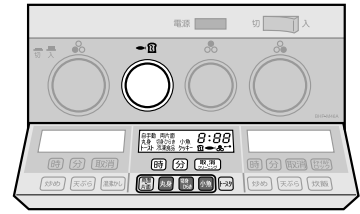
**3 電源スイッチを「入」にして、パネル操作部を手前に出す。**

**ロースター調理のコツ**

- ●直接ヒーターに触れるような魚は切ってから焼いてください。
- ●エビの塩焼き、いかの照り焼きは串に刺して焼いてください。
- ●尾やひれの焦げすぎを防ぐには尾やひれに化粧塩をしてください。

**お知らせ**

- ●使いはじめは、ロースター受け皿の滑りをよくするための油が加熱によって煙やにおいとなって出ることがあります。
- ●調理直後にロースター扉を引き出すと、煙が前面に出ます。
特に油分の多い魚を焼いたあとは、焼き終わったあと30秒間待ってから引き出してください。
- ●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているためで故障ではありません。
- ●調理中に操作を停止したり、停電した場合は、ロースター庫内の煙が扉から出る場合があります。

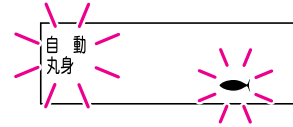
- ●ロースター扉は奥まで確実に閉めてください。
ロースター前面から煙が出たり、焼き色が濃くなったり焦げたりしてうまく焼けないことがあります。
- ●焼き上がりがお好みに合わない場合は、手動で焼いてください。
- ●吸排気カバーの上に物を置かないでください。ロースター前面から煙が出たり、取っ手が熱くなります。
- ●ロースター扉を勢いよく引き出さないでください。受け皿の水がこぼれることがあります。
- ●ロースター受皿の滑りが悪くなった場合は、ロースター庫底面凸部に薄くサラダ油を塗ってください。

● 操作手順は ……………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 丸身のコースで使用した場合の説明

## 1

  の中から目的のキー 丸身 を押す

自 動 丸身 の表示が点滅します。

●調節つまみを回して10秒以内でしたらメニューを切り換えることができます。

＜丸身に設定した例＞

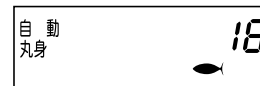
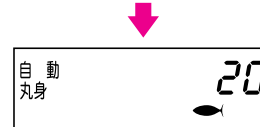
## 2

 つまみを押す

▶調節つまみが出ます。
▶クッキングナビの焼き加減表示ランプ（火力表示と兼用しています）4つ目のところが点滅、他は点灯します。
　の表示が点滅します。
●調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

## 3

 つまみを回し、焼き加減を調節する

▶ の表示が点灯に変わります。
▶自 動 丸身 の表示と目安時間が点灯します。
▶ヒーターに通電されます。
●焼き加減を変更したいとき
　つまみを回して1分以内は変更できます。
　点滅位置が右へいくほど焼き色は濃くなります。
　（最初は4番目に設定されています）

目安時間を最初に表示します。

約4分後に焼き上がりまでの残時間に切り換ります。

**お知らせ** 自動コースは、最初上ヒーターで表面を焼き、その後自動で下ヒーターに切り換り、裏面を焼きます。

魚の量、大きさなどで残時間は増えたり減ったりします。

**お願い** ●自動コースの途中でロースター扉を開けたり、取り出したりしないでください。焼き色が濃くなったり、焦げたり、生焼けとなったりしてうまく焼けません。

### 調理が終わるとブザーが鳴ります

▶ヒーターの通電が止まります。
●調理が終了すると自動的に触媒のクリーニングを行います。（約5分）
▶CL表示と  の表示が点灯します。

クリーニング中は消灯部が順に移動します。

**お願い** ●クリーニング中はヒーター通電されます。庫内が熱くなっていますのでやけどに注意してください。

## 4 魚を取り出す

※焼き色がお好みより薄い場合は、一度つまみを押して再度、手動の両面で追加加熱してください。（26ページ）
●調理物を入れたままにすると焼き色が強くなったり、こげたりします。

## 5

調理、クリーニングが終わったら  つまみを押す

パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする

調理終了後もロースター庫内が熱い間は、クッキングナビのロースター表示 が点滅します。

# 手動ロースターの使いかた（中央ヒーターと同時には使えません）

## ⚠ 注意

禁止

**使用中・使用後しばらくはロースター扉に触れない**

高温のためにやけどをします。

水を入れる

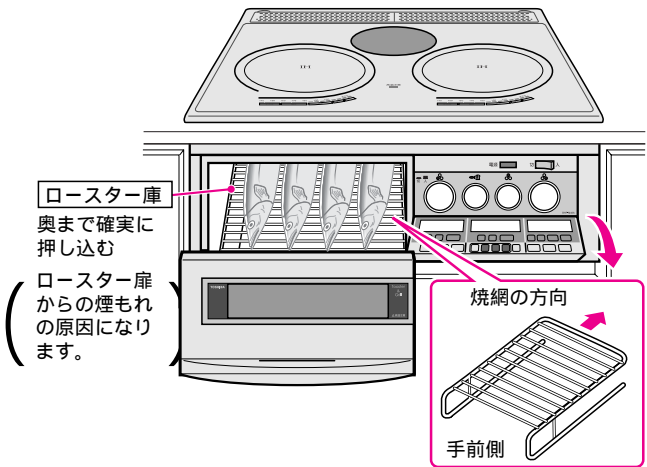
**ロースターはロースター受け皿に水を入れて使用する（トースター機能除く）**
**トースター機能で魚等、油脂類を調理しない**
**調理物が発火した場合は電源スイッチを「切」にする**

調理物が発火して火災の原因になります。調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。
空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

- ●手動コースの 両　面 は上下ヒーターが交互に入りますので赤熱しません。
  片面 は上ヒーターのみが通電されます。
- ●トースター機能使用直後にロースター機能を使用すると、ロースター受け皿に水を入れても水なし検知が働き、（C42表示）加熱を中止することがあります。トースター機能使用後は、ロースタ庫が冷えてからご使用ください。
- ●必ずロースター庫を取り付けて使用してください。

### 準備

**1 ロースター受け皿に焼網を置き、コップ1杯の水（約200cc）を必ず入れる。**

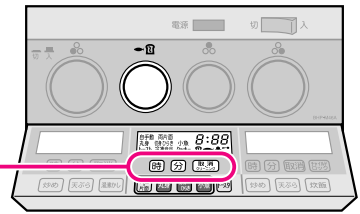
**水を入れずに使うと**
- ●調理物や落ちた油が燃える原因になります。
  続けて焼くときも、たまった油分を捨て、水をつぎ足してください。
- ●ロースター受け皿水なし検知が働き、加熱を停止することがあります。（ C 42 表示）

**2 魚を焼網の中央にのせロースター扉を奥まで確実に閉める。**
**3 電源スイッチを「入」にして、パネル操作部を手前に出す。**

**お知らせ**
- ●使いはじめは、ロースター受け皿の滑りをよくするための油が加熱によって煙やにおいとなって出ることがあります。
- ●調理直後にロースター扉を引き出すと、煙が前面に出ます。
  特に油分の多い魚を焼いたあとは、焼き終わったあと30秒間待ってから引き出してください。
- ●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているため故障ではありません。
- ●調理中に操作を停止したり、停電した場合は、ロースター庫内の煙が扉から出る場合があります。

## 火力調節と火力表示ランプについて

**ロースターの火力と火力表示ランプは次のようになっています。火力調節はヒーターの入・切によって行なっていますのでヒーターが赤くなったり、暗くなったりしますが異常ではありません。**

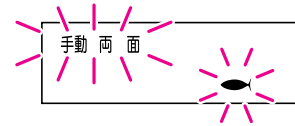
| ロースター（1250W） | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 火力（W） | 火力表示ランプ | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 700 | ■ | | | | | |
| 800 | ■ | ■ | | | | |
| 900 | ■ | ■ | ■ | | | |
| 1000 | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 1100 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| 1250 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

● 操作手順は ……………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 両面焼きで使用した場合の説明

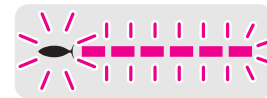
ロースター用タイマー

## 1 両面片面 キーを押す

▶ 手動 両 面 の表示が点滅します。

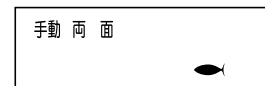
●両面、片面を選択するときは、両面片面キーを押すごとに両面→片面→解除の順にくり返します。
●調節つまみを回して10秒以内でしたら両面、片面を切り換えることができます（解除しません）。

<両面に設定した例>

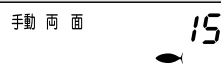
## 2 つまみを押す

▶ 調節つまみが出ます。
▶ クッキングナビのロースター火力表示ランプが点滅します。
●調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

**お知らせ**

● 両面片面のキーを押さないでつまみを押すと、両面になります。

## 3 つまみを回し、火力を調節する

▶ ロースター火力表示ランプが点灯に変わります。
▶ 手動 両 面 の表示が点灯に変わります。
▶ ヒーターに通電されます。（使用中、火力調節などを行なわなかった場合約30分で通電が切れます。）
● 両 面 の場合は、上下ヒータに交互に通電されますので赤熱はしません。

### タイマーを使う場合

分 キーで時間を設定する

タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まる。

<15分に設定した例>
残り時間は1分刻みで減ります。

**設定できる時間**

●1分～30分

分 …30分まで1分間隔

取消 クリーニング …タイマーを取り消すときに押す

## 4 調理が終わったら つまみを押す

▶ ヒーターの通電が止まります。
●調理が終了すると自動的に触媒のクリーニングを行います。（約5分）
▶ CL表示と の表示が点灯します。

クリーニング中は消灯部が順に移動します。

連続して焼くときは、つまみを押していったん通電を切って、ロースター受皿に水を入れ、次の調理物を入れる。
●通電したまま連続で焼くと、切り忘れ防止が働いたり、ロースター受け皿水なし検知が働き、通電を停止することがあります。
●調理物を入れたままにすると、焼色が強くなったり、こげたりします。

●クリーニング中はヒーター通電されます。庫内が熱くなっていますのでやけどに注意してください。

## 調理物を取り出す

**クリーニングが終わったら、パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

使いかた

# トースター機能（手動）の使いかた

**中央ヒーターと同時には使えません**

## ⚠注意

禁止

**使用中・使用後しばらくはロースター扉に触れない**

高温のためにやけどをします。

禁止

**トースター機能で魚類等油脂成分を含んだ食材を調理しない**
**調理物が発火した場合は電源スイッチを「切」にする**

調理物が発火して火災の原因になります。調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。
空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

●トースター機能は上下ヒーターが交互に入りますので赤熱しないことがあります。
●必ずロースター庫を取り付けて使用してください。

### 準備

**1 ロースター受け皿に焼網を置き、食材を焼網の中央にのせてロースター扉を奥まで確実に閉める。**

**油脂成分を含んだ食材を調理しない**
●調理物や落ちた油が燃える原因になります。
これらの食材を調理するときは、ロースターの使い方（P24からP27）をご覧ください。

（トースター機能使用時は、ロースター皿に水を入れないでください。）

**2 電源スイッチを「入」にして、パネル操作部を手前に出す。**

## 火力調節と火力表示ランプについて

**ロースターの火力と火力表示ランプは次のようになっています。火力調節はヒーターの入・切によって行なっていますのでヒーターが赤くなったり、暗くなったりしますが異常ではありません。**

| ロースター（1250W） | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 火力（W） | 火力表示ランプ | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 700 | ■ | | | | | |
| 800 | ■ | ■ | | | | |
| 900 | ■ | ■ | ■ | | | |
| 1000 | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 1100 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| 1250 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

● 操作手順は ……………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

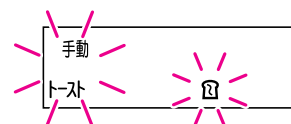
## トーストで使用した場合の説明

ロースター用タイマー

## 1 トースタ キーを押す

▶ 手動 トースト 🍞 の表示が点滅します。

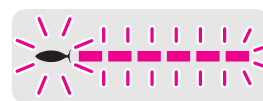
●メニューを選択するときは、トースタ キーを押すごとにトースト→冷凍食品→クッキー→メニュー解除の順にくり返します。

●調節つまみを回して10秒以内でしたら、メニューを切り換えることができます。この合火力はあらかじめ本体に設定された値になります（解除はしません）。

＜トーストに設定した例＞

## 2 つまみを押す

▶ **調節つまみが出ます。**

▶ **クッキングナビのロースター火力表示ランプが点滅します。**

●調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

**お知らせ**

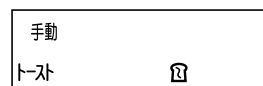
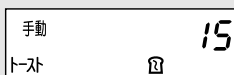
● トースタ のキーを押さないで つまみを押すとロースター機能の、両面 になります。

## 3 つまみを回し、火力を調節する

▶ **ロースター火力表示ランプが点灯に変わります。**

▶ 手動 トースト 🍞 **の表示が点灯に変わります。**

▶ **ヒーターに通電されます。**（使用中、火力調節などを行なわなかった場合約30分で通電が切れます。）

●トースター機能は、上下ヒータに交互に通電されますので赤熱しない場合があります。

### タイマーを使う場合

分 **キーで時間を設定する**

**タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まる。**

＜15分に設定した例＞
残り時間は1分刻みで減ります。

**設定できる時間**

**●1分～30分**

分 …30分まで1分間隔

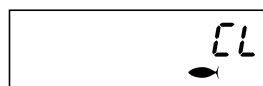
取消 クリーニング …タイマーを取り消すときに押す

## 4 調理が終わったら つまみを押す

▶ **ヒーターの通電が止まります。**

●調理が終了すると自動的に触媒のクリーニングを行います。（約5分）

▶ **CL表示と 表示が点灯します。**

**クリーニング中は消灯部が順に移動します。**

連続して焼くときは、つまみを押していったん通電を切って、次の調理物を入れる。

●通電したまま連続で焼くと、切り忘れ防止が働いて、通電を停止することがあります。

●調理物を入れたままにすると、焼色が強くなったり、こげたりします。

**お願い** ●クリーニング中はヒーター通電されます。庫内が熱くなっていますのでやけどに注意してください。

**調理物を取り出す**

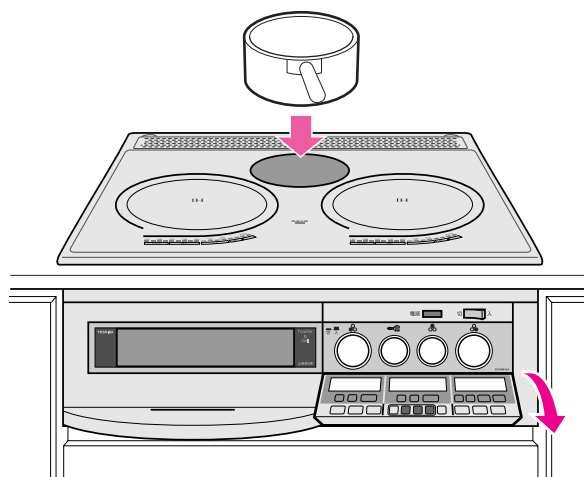
**クリーニングが終わったら、パネル操作部を収納し、電源スイッチを「切」にする**

# 中央ヒーターの使いかた（ロースターと同時には使えません）

**中央ヒーターはクイックラジエントヒーターです。クイックラジエントヒーターはニクロム線の熱でトッププレートを加熱し、なべ底に熱を伝えて調理します。**

IHヒーターで使えないなべや、小さいなべで少量を加熱するときなどに使います。またIHヒーターではできない、あぶり物などに使います。

## 準備

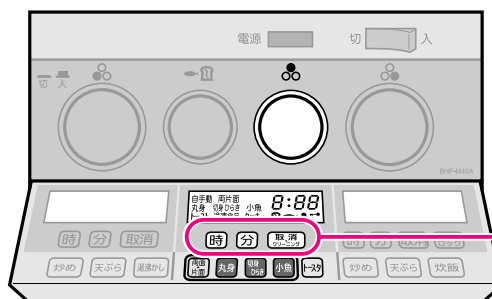
**1 なべに材料を入れ、中央ヒーターの中央に置く**
**2 電源スイッチを「入」にする。**
**タイマーを使う場合はパネル操作部を手前に出す。**

## 火力調節と火力表示ランプについて

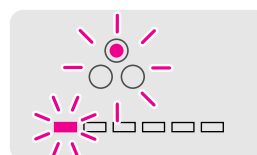
**中央ヒーターの火力と火力表示ランプは次のようになっています。**
**火力調節はヒーターの入・切によって行なっていますのでヒーターが赤くなったり、暗くなったりしますが異常ではありません。**

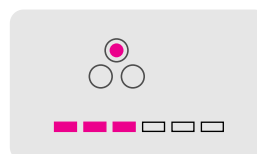
●最高火力が6個点灯の場合でも、温度コントロールをしているため入・切する場合があり、ヒーターが赤くなったり暗くなったりしますが異常ではありません。

| 中央ヒーター（1250W） | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 火力（W） | 火力表示ランプ | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 200 | ■ | | | | | |
| 400 | ■ | ■ | | | | |
| 600 | ■ | ■ | ■ | | | |
| 800 | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 1000 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| 1250 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

●中央ヒーターは、通常のニクロム線ヒーターを使用していますので、トッププレートの表面が高温となります。
使用中および使用後は、トッププレートの温度が高くなっていますので、やけどや可燃物をのせたときの発火などに注意してください。
●クッキングナビの ◎ 表示は、トッププレートが高温時は点滅して、高温であることをお知らせします。
●お手入れの時などは、表示が消えて、トッププレートが冷めてから行なってください。
高温時には、やけどの原因になります。また、印刷がはがれることがあります。

● 操作手順は ……………………………1 2 3
● 操作により自動的に変わる状態 … ▶
● 表示ランプの点灯は ………………
● 表示ランプの点滅は …………

## 1  つまみを押す

▶ **調節つまみが出ます。**
▶ **クッキングナビの中央ヒーター火力表示ランプおよび 表示が点滅します。**
● 調節つまみを押しただけでは安全のため、ヒーターに通電されません。

## 2 つまみを回し、火力を調節する

▶ **中央ヒーター火力表示ランプおよび高温注意ランプが点灯します。**
▶ **ヒーターに通電されます。**
● 火力調節は、ヒーターの「入」、「切」によって行なっていますので、ヒーターが赤くなったり暗くなったりします。

### タイマーを使う場合

時 分 **キーで時間を設定する**

<1時間30分に設定した例>

**タイマーが終了するとブザーが鳴り、自動的に通電が止まる。**

**設定できる時間**
**●9時間50分**
時 …1時間間隔
分 …30分まで1分間隔（30分以降は5分間隔）
1時間以上の設定は初めから10分間隔
取消 …タイマーを取り消すときに押す

## 3 調理が終わったら  つまみを押す

調理終了後も、トッププレート表面温度が高い間は、クッキングナビの中央ヒーター表示 が点滅します。

## パネル操作部を収納し（タイマー使用時）、電源スイッチを「切」にする

使いかた

# お手入れのしかた

●電源スイッチを「切」にして、高温注意ランプが消えてから、行なってください。
●お手入れはこまめにしてください。汚れがこびりつきますと、とれにくくなります。

## 排気口

本体からはずし、台所用洗剤(中性)で洗います。

## 吸排気カバー

●本体からはずし、台所用洗剤(中性)で洗います。
●変形させないように注意してください。
●汚れて目詰まりしたまま使わないでください。

## トッププレート

●使うたびに、固くしぼった濡れ布巾でふきます。
●こびりついた汚れは、トッププレート専用クリーナーセット(別売HCC-20、HCC-2)を丸めたラップにつけてお手入れしてください。
●ふきこぼれなどによりなべの底が汚れた場合はなべの底も汚れを落としてください。

## 外まわり

●使うたびに、固くしぼった濡れ布巾でふきます。
●しょうゆなどの調味料をこぼしたら、すぐにふきとってください。

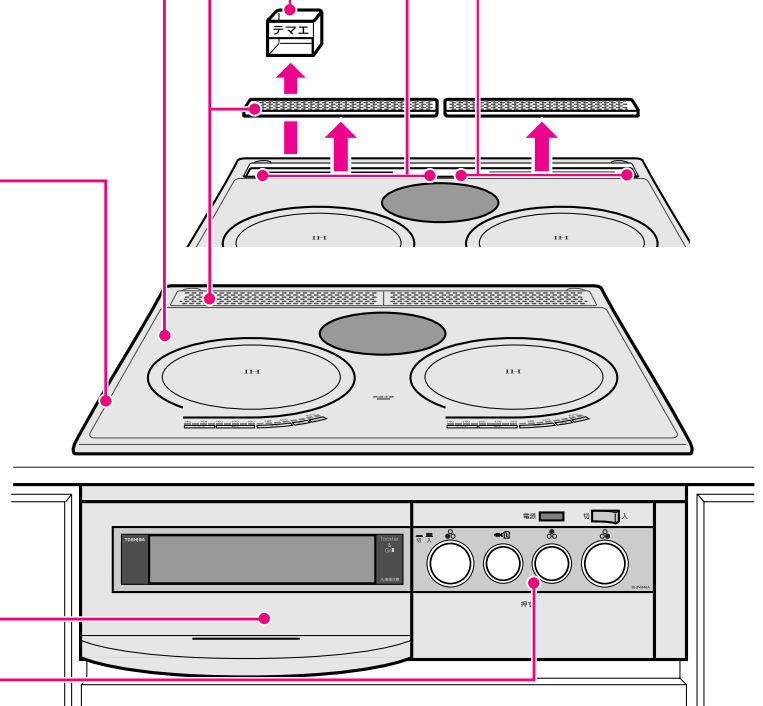
## ロースター

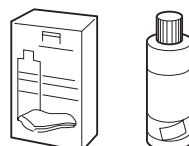
●外観面に付着した油類は台所用洗剤(中性)またはトッププレート専用クリーナーセット(別売HCC-20、HCC-2)を乾いた布にしみ込ませて、こまめにお手入れしてください。

## 操作部

やわらかい乾いた布でふきます。

## サッシュスペーサ

固くしぼった濡れ布巾でふきます。

●ナイロンたわしのハード面、みがき砂、ドライバーの先などでこすると傷がつくので使わないでください。
●ベンジン、シンナー、漂白剤、アルカリ洗剤を使用しないでください。
塗装面などのいたみや傷の原因になります。

**トッププレート専用クリーナーセット**
**(別売HCC-20、HCC-2)**
**東芝製品取扱店でお求めください。**

**お願い**

HCC-20付属のスクレーパーでひんぱんにこすらないでください。
印刷がとれることがあります。

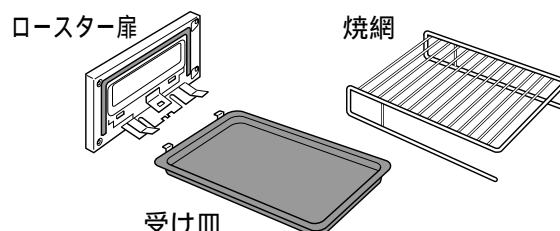
# ロースター部のお手入れ

●外観面に付着した油類は台所用洗剤(中性)またはトッププレート専用クリーナーセット(別売HCC-20、HCC-2)を乾いた布にしみ込ませて、こまめにお手入れしてください。油が付着したまま使いますと、塗装がはがれてくることがあります。

## ロースター扉・受け皿・焼網（フッ素樹脂加工）

●薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジを使って洗います。
●パッキンに付着した油や汚れは、よくおとしてください。（煙もれの原因になります）

**お知らせ**

●焼き網は消耗品です。フッ素樹脂加工がはがれてきたら、東芝製品取扱店でお買い求めください。

**フッ素樹脂加工を傷めないために**

●金属のたわし・スポンジのナイロン面でこすらない。（フッ素樹脂加工がはがれる原因になります。）
●ご使用のたびにお手入れする。（汚れがこびり付くと、魚がとれにくくなります。）

# ロースター部の取り付け

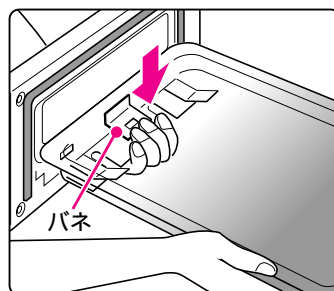
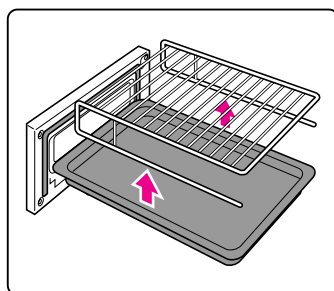
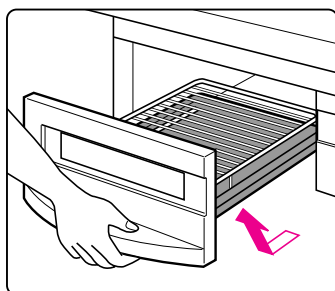
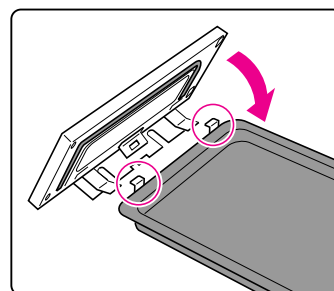
**●取りはずす際、無理に行うとロースター扉や受け皿が破損したり変形することがあります。（けがややけどの原因）**
**●異常がある場合は使用を中止し、お買い上げの販売店または据付施工店にご連絡ください。**

## 取りはずしかた

1 止まるまで引き出し、斜め上に引き上げてはずす。

2 焼網をはずす。

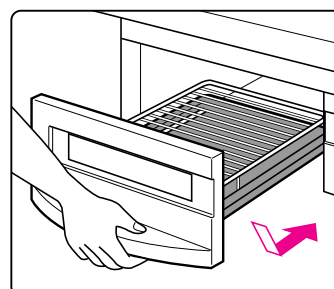
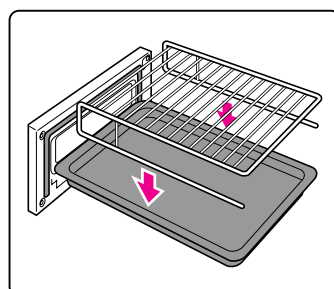
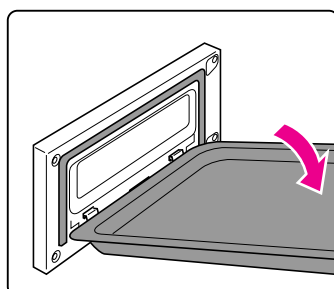
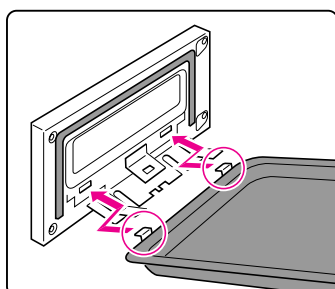
3 受け皿側の下側に手を回し、ロースター扉のバネを押さえる。

4 ロースター扉を受け皿側に倒すようにすると、受け皿の左右のツメがはずれる。

バネの位置がわかるように、受け皿を透明に表しています。

## 取り付けかた

1 受け皿の左右のツメをロースター扉に差し込む。

2 受け皿を矢印方向にカチッと音がするまで動かす。

3 焼網をのせる。

4 斜め上からはめ込み、奥まで押す。

お手入れ

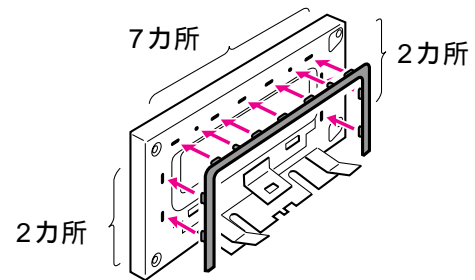
# お手入れのしかた（つづき）

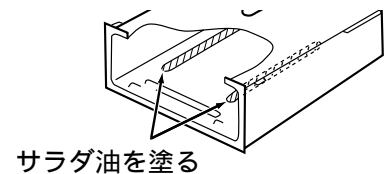
**お知らせ**
- パッキンは消耗品です。柔軟性がなくなったり、扉の周囲から煙が漏れはじめたら東芝製品取扱店でお買い求めください。

## 扉パッキンの交換方法

**1 古くなったパッキンを扉からはずす**
- 左右は各2箇所、上は7箇所はめ込み部があります。パッキンを引っ張ってはずしてください。

**2 新しいパッキンを扉の内側面にある穴に凸部分を押し込んではめる**
- 左右各2箇所、上7箇所はめ込む。

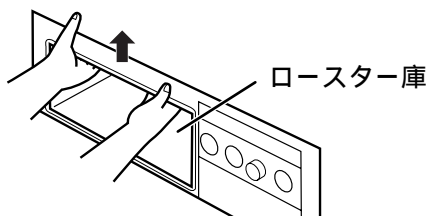
**3 受け皿に扉をとりつけて、ロースター庫に入れて確実に扉が閉まることを確認する**
- 扉が浮くなどのときは、パッキンの各々の凸部分を再度押し込んでください。

## ロースター庫

- ロースター庫内の油汚れをふきとる。
- 庫内の汚れがひどいときは、ロースター庫を取り外して薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジを使って洗います。庫内の水分を乾いた布でふきとり、庫内の底面凸部2本の表面にかるくサラダ油等をしみこませた布で油をぬってください。ロースター皿の出し入れをスムーズにさせるためです。

- 庫内のお手入れの際は下ヒーターに力を加えないようにしてください。
- ロースター受け皿と焼網をセットして下ヒーターがロースター受け皿と焼網の中間にあることを確認してください。

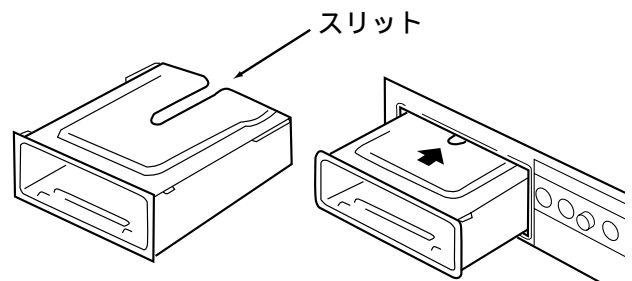
## ロースター庫の取り付け

### 取りはずしかた

- ロースター庫内が冷えてから行なってください。

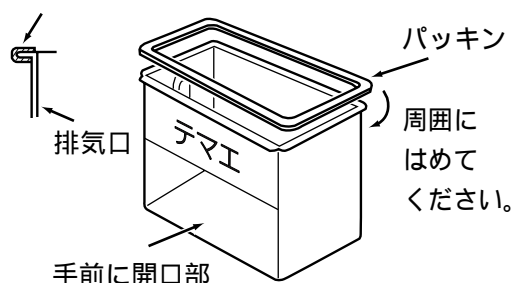
**1 ロースター庫の上部手前側を両手で上にもち上げる**
- ロースター庫の固定が外れます。

**2 持ち上げたまま、まっすぐ手前に引き出す**

### 取り付けかた

**1 ロースター庫のスリットがある方を上にして庫内の入り口上面にロースター庫を合わせて差し込む**

**2 ロースター庫の左右をカチッと音がするまで押し込む**
**（ロースター庫の下がとび出ていないことを確認してください）**

- **ロースター庫を取り外したままでロースターを使用しないでください。また、落して破損した場合は、使用を中止し、お買いあげの販売店にご相談ください。**

## 排気口

●吸排気カバーを外して、排気口を上へ持ち上げてはずします。
●薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジを使って洗います。
●パッキンは元どおりに取り付けてください。
●テマエ側を手前にして、元どおりに戻してください。

**お願い** ●排気口を前後逆に取り付けると浮き上がり、正しく取り付けできません。ロースター扉から煙がもれたり、故障の原因になります。

# 触媒のクリーニングのしかた

●脱臭触媒機能を保つために、定期的に行ってください。排気口からの煙やにおいを軽減させるためです。

**1 ロースター庫と排気口をお手入れする**

●P34からP35により、お手入れしてください。

**2 ロースター庫と排気口を取り付ける**

●P34からP35により、取り付けてください。

**3 ロースター扉、受け皿を庫内にセットする（水は入れません）**

**4 ロースター用タイマーの［取消 クリーニング］キーをCL表示がでるまで、長押しする**

**5 ロースター部のつまみを押してまわす**

**6 クリーニングが終わったら、つまみを押す**

**お知らせ**

●クリーニング中は、排気口より煙が出る場合があります。
●焼網は入れないでください。
●約10分で自動的にクリーニングを終了して、ヒーターへの通電が止まります。

●クリーニング中や高温注意ランプが点滅中は、ロースター周囲、排気口部などが熱くなっています。

# お料理ガイド

## 加熱調理の火力調節の目安

| 調理 | 火力表示 位置: とろ火<br>火力: 120W~250W | 弱火<br>300W~500W | 中火<br>600W~1300W | 強火<br>1600W・2000W | ハイパワー<br>2500W・3000W | 火力調節のポイント |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **炒める** | | | ←→ フライパンなどを予熱する | | | 予熱のやりすぎに注意しましょう。「ハイパワー」で炒めます。 |
| キャベツと豚肉の炒めもの | | | | ←→ | ←→ | |
| 夏野菜の炒め煮 | | | ←→ | ←→ | | |
| **茹でる** | | | | ←→ お湯を沸す | ←→ | 「ハイパワー」でお湯を沸かし吹きこぼれる前に火力を落とすと上手に茹でられます。 |
| スパゲッティー（麺類） | | | ←→ | ←→ | | |
| 野菜など | | | | ←→ | | |
| **蒸す** | | | | ←→ お湯を沸す | ←→ | 「ハイパワー」でお湯を沸かします。 |
| 茶碗蒸し | | ←→ | | | | |
| 卵の蒸しケーキ | | | ←→ | ←→ | | |
| **焼く** | | | ←→ フライパンなどを予熱する | | | 予熱のやりすぎに注意しましょう。最初に高火力で焼き色をつけ次に火力を落として中まで焼きます。 |
| ビーフステーキ | | ←→ 中まで焼く | | ←→ 焼き色をつける | ←→ | |
| 鉄板焼 | | ←→ | ←→ | | | |
| **煮る** | | | | ←→ 材料を煮立たせる | ←→ | 「ハイパワー」でお湯を沸かします。 |
| 寄せなべ | | ←→ | | | | |
| ポークカレー | ←→ 煮込む | ←→ | ←→ 煮る | | | |
| 五目煮豆 | ←→ | ←→ | | | | |

**●材料、量、なべの形状などにより加熱状態が異なります。ようすを見て、火力を調節してください。**
**●フライパンなどは、底の厚いものを使用した方が変形しにくく、温度むらが少ないので、焦げにくくなります。推奨するフライパンをご使用ください。**

## 揚げもの調理の温度調節の目安

**※油800g(0.9L)を加熱したときの目安温度です。**

| 揚げる | 140<br>140℃ | 150<br>150℃ | 160<br>160℃ | 170<br>170℃ | 180<br>180℃ | 190<br>190℃ | 200<br>200℃ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 野菜 | | | ←→ 天ぷら | ←→ | ←→ | | | ●油の温度は温度表示より高めに設定しています。（材料を入れたとき温度が下がるため）<br>また、材料、量により揚げ上がりが異なりますのでベタッとなったときは温度を高めに設定してください。 |
| | | ←→ | ←→ 素揚げ | ←→ | | | | |
| 魚貝類 | | | | ←→ | ←→ 天ぷら | ←→ | | |
| フライ | | | ←→ | ←→ | ←→ | ←→ | ←→ | |
| 冷凍食品 | | | | | ←→ | ←→ | ←→ | ●冷凍食品を凍ったまま揚げる場合は、冷凍食品に表示されている温度より高めに設定してください。 |
| 2度揚げ料理 | ←→ 1度目 | ←→ | | ←→ 2度目 | ←→ | | | ●ポテトチップス、魚の丸揚げ、鶏のから揚げなど |

## 自動ロースター調理例と加熱時間の目安

| 使用するキー | 調理物 | | 調理例 | 焼き加減 | 数　量 | 目安時間 | 一尾(切)あたりの大きさ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 丸身 | さんま あじ いわし 真鯛 生にしん | | さんまの塩焼き | 4 | 1～4尾 | 14～22分 | 長さ約28cm<br>重さ約150～180g |
| | | | あじの塩焼き | 4 | 1～3尾 | 14～22分 | 長さ約23～25cm<br>重さ約130～150g |
| | あゆ にじます あまご | | 鯛の塩焼き | 5 | 1尾 | 18～24分 | 約230g |
| 切身 ひらき | 切身 | 鮭 さば ぶり さわら 鯛 すずき | 鮭の塩焼き | 4 | 1～4切れ | 13～19分 | 長さ約16cm<br>重さ約80～100g |
| | | | ぶりのつけ焼き | 2 | 1～4切れ | 9～16分 | 約100g |
| | | | さわらのみそづけ（西京焼き） | 2 | 1～4切れ | 9～16分 | 約100g |
| | ひらき | あじ さんま ほっけ かれい | あじのひらき | 4 | 1～2尾 | 13～19分 | 長さ約22cm<br>重さ約100g |
| 小魚 | ししゃも めざし うるめいわし 車えび | | ししゃも | 4 | 1～5尾 | 9～13分 | 重さ約20g |
| | | | 車えび | 4 | 1～5尾 | 9～13分 | 重さ約40g |

お料理

### お知らせとお願い

●焼き色について…焼き色のつきやすいものと、つきにくいものがあります。

| つきやすいもの | つきにくいもの |
|---|---|
| ・脂がよくのっている魚<br>・塩分濃度の高いもの<br>・つけ焼きもの | ・水分の多い魚<br>・小さい魚 |

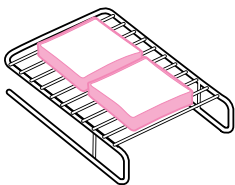
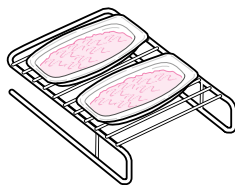
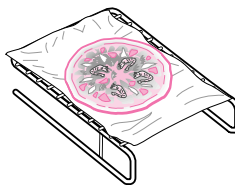
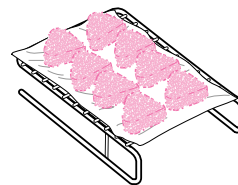
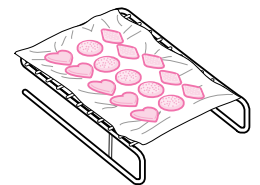
●焼網にサラダ油を薄く塗っておくとこびりつきにくくなります。
●自動ロースターのときは、魚の種類および大きさを合わせてください。

# お料理ガイド（つづき）

## トースター機能調理例と加熱時間の目安

| 使用するキー | 調理物 | ※火力調節 | 数 量 | 目安時間 | 連続焼き<br>目安時間 | 食材の大きさ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| トースト | 食パン | 6 | 1～2枚 | 5～6分 | 3～4分 | 6枚切り |
| | 食パン | 6 | 1～2枚 | 5～6分 | 3～4分 | 4枚切り |
| | さつまいも | 6 | 1～3本 | 18～25分 | 18～25分 | 太さ4cm以下 |
| | とうもろこし | 6 | 1～3本 | 16～20分 | 16～20分 | 太さ4cm以下 |
| | 厚揚げ | 6 | 1～4枚 | 10～13分 | 7～13分 | ※アルミホイルをしいてください |
| 冷凍食品 | 冷凍ピザ | 6 | 1枚 | 7～9分 | 4～8分 | 直径14cm<br>※アルミホイルをしいてください |
| | 冷凍グラタン | 6 | 1～2皿 | 15～18分 | 14～17分 | 240g |
| | 冷凍ドリア | 6 | 1～2皿 | 14～18分 | 13～17分 | 210g |
| | 冷凍焼きおにぎり | 6 | 1～8個 | 12～19分 | 12～19分 | 50g<br>※アルミホイルをしいてください |
| クッキー | クッキー | 3 | 18個 | 9～11分 | 9～11分 | ※アルミホイルをしいてください |

※数字は火力表示ランプの点灯数です

## 食品の置きかた（例）

**食パン**

**冷凍グラタン ドリア**

**冷凍ピザ**

**（2個×4列に8個）冷凍焼きおにぎり**

**（3個×6列に18個）クッキー**

### お知らせとお願い

**●焼き具合について**
火力調節と時間で焼き具合が変わります。上の表を参考にしてお好みに合わせて設定してください。

**●連続焼き目安時間について**
ロースター庫内が温まっていますので、目安時間より短い時間で調整できます。

# お料理メニュー

## トースター（手動調理）のときは

**トースター手動調理には**

- 3つのメニューがあります。
  「トースト」「冷凍食品」「クッキー」を使い分けます。
- 上下ヒーターで交互に焼きます。
- 調理物の高さは4cm以下を目安にしてください。
  上ヒーターに当たり、こげすぎることがあります。

**トースター手動調理のコツ**

- 続けて焼く場合、特に材料の薄いもの、ピザ、食パンなどは、短かめの時間で焼色などを観察しながら焼いてください。
- あまり焼色をつけたくない場合は、表面にアルミホイルをかぶせてください。

## ピザトースト

### ■材 料（2人分）

食パン（6枚切り）……2枚
ピザソース……適量
玉ねぎ（薄切り）……4枚
トマト（薄切り）……4枚
サラミ（薄切り）……4枚
ピーマン（薄切り）……½個
ナチュラルチーズ（短冊切り）……40g

### ■作りかた

1. パンにピザソースをぬり、玉ねぎ、トマト、サラミ、ピーマンを並べ、上にチーズをのせる。
2. 焼き網の上にアルミホイルを敷いて1をのせ、トースタ キーで トースト を選び、火力調節「6」（最大）で8分〜10分焼く。

- パンにのせる具をいろいろ代えてもおためしください。
- 具を多くのせすぎないようにしてください。
  上ヒーターに当たる場合があります。

## ホットドック

### ■材 料

ホットドック用パン……2本
バター……適量
キャベツ（せん切り）……中葉1枚（50g）
ウインナー……4本

### ■作りかた

1. ホットドック用のパンに切り目を入れ、バターをぬる。
2. キャベツと切り目を入れたウインナーを2本ずつパンにはさむ。
3. 焼き網の上にアルミホイルを敷いて2をのせ、トースタ キーで トースト を選び、火力調節「6」（最大）で6分〜8分焼く。

- あまり焼色をつけず、ふっくらと焼き上げる場合は、アルミホイルで包んで時間を1〜2分長めにしてください。

## 型抜きクッキー

### ■材 料（約18個分）

小麦粉（薄力粉）……100g
バター……50g
砂糖……40g
卵……½個
バニラエッセンス……少々

### ■作りかた

1. ボウルに柔らかくしたバターと砂糖を入れ、泡立器で白っぽくなるまでよくすり混ぜる。
2. 器に卵を割りほぐして1に少しずつ加え、さらに混ぜ、バニラエッセンスを加える。
3. 2に小麦粉をふるって加え、木ベラで混ぜ合わせ、ひとまとめにする。
4. ビニール袋に入れ、めん棒で5mm位の厚さにのばし、冷蔵室で約30分休ませる。
5. 打ち粉をした台に4の生地を取り出し、抜き型（直径約3cm）で抜き、焼き網に油を薄くぬったアルミホイルの上に並べる。
6. トースタ キーで クッキー を選び、火力調節「3」（中間）で9分〜11分焼く。焼き上がったら網の上で冷ます。

- クッキー生地の温度・大きさ・厚さによりでき具合が多少異なります。
- 抜き型で抜いたあと、グラニュー糖やドレンチェリーを飾って、かわいいオリジナルクッキーをおためしください。
- バターは柔らかくなるまで、電子レンジ「弱」などで加熱すると、らくにクリーム状にすることができます。

# ロースター(自動調理)のときは

**ロースター自動調理には**

- 自動調理には3つのメニューがあります。
  丸身 切身ひらき 小魚 を使い分けます。
- 自動の場合、上ヒーターで表面を焼き、途中で下ヒーターに切り換り裏面を焼きます。
  (表面の焼き色だけを見て途中で取り出さないでください。)

**ロースター自動調理のコツ**

- 生魚（さんまやあじなど）は焼き色がつきにくいので、調理する10～20分前に塩をふっておきます。
- 焼きが足りなかったときは、手動調理の 両面 で様子を見ながら、さらに焼いてください。

## さんまの塩焼き

■材料
さんま（1尾約150gのもの）…………1～4尾
塩……………………………………………適量
油……………………………………………適量

■作りかた
1. さんまは、サッと洗って水気をふき取り、全体に塩をふり、そのまま約10分おき水気をふき取る。
2. 油を薄く塗った焼網の上に**1**をのせる。
3. **自動ロースター**キーの 丸身 を押し、**調節つまみ**を、お好みの焼き加減に合わせて焼き上げる。
   (標準は**「4」**です)

## ぶりのつけ焼き

■材料
ぶり（1切約100gのもの）……………1～4切
油……………………………………………適量
たれ
A.
しょうゆ…………………………………大さじ4
みりん……………………………………大さじ4

■作りかた
1. **A**にぶりを入れ、約30分漬け込む。
2. 油を薄く塗った焼網の上に**1**をのせる。
3. **自動ロースター**キーの 切身ひらき を押し、**調節つまみ**をお好みの焼き加減に合わせて焼き上げる。
   (標準は**「2」**です)

## 鮭の塩焼き

■材料
塩鮭の切り身（1切約80gのもの）……1～4切
油……………………………………………適量

■作りかた
1. 油を薄く塗った焼網の上に塩鮭をのせる。
2. **自動ロースター**キーの 切身ひらき を押し、**調節つまみ**をお好みの焼き加減に合わせて焼き上げる。
   (標準は**「4」**です)

## えびの塩焼

■材料
車えび（カラつき：1尾約40gのもの）……1～5尾
塩……………………………………………適量
油……………………………………………適量

■作りかた
1. 車えびはカラの節の間から背わたを取り、尾から頭へまっすぐに竹串を刺して塩をふる。
2. 油を薄く塗った焼網の上にえびを並べる。
3. **自動ロースター**キーの 小魚 を押し、**調節つまみ**をお好みの焼き加減に合わせて焼き上げる。
   (標準は**「4」**です)

**ご注意**

- ロースター庫は必ず取り付けてお使いください。
- ロースター受け皿に必ずコップ1杯の水（約200cc）を入れて調理してください。

# ロースター（手動調理）のときは

**ロースター手動調理には**

- 手動調理には、2通り選択できます。

両面 …上下ヒーターで交互にじっくり焼く

片面 …上ヒーターだけですばやく、途中で裏返して焼く。

**ロースター手動調理のコツ**

- 調理物の種類、大きさ、数量などによって、時間は異なるため、様子を見ながら焼いてください。
- あまり焦めをつけたくない場合は、両面をおすすめします。

## さんまのみりん干し

**■材 料**

さんまのみりん干し ……………………2枚
大根おろし ……………………少々

**■作りかた**

1. 両面/片面 キーを押して、**両面**に設定し、**火力調節「1」**～**「2」**で**5～10分**焼く。
   ※生みりん干しの場合は**「6」**で調理してください。

調味料によっては、焦げやすいものがありますので、様子を見ながら焼いてください。

## 焼きなす

**■材 料**

なす ……………………4個
油 ……………………少々
しょうがじょうゆ ……………………少々

**■作りかた**

1. なすは、がくの分かれたところにぐるりと切れ目を入れ表面に竹串などで穴を開けて、破裂を防ぐ。
2. 表面に油をぬり、焼網の上にのせ、両面/片面 キーを押して**片面**に設定し、**火力調節「6」**で**8～11分**焼く。
3. 裏返して、さらに**火力調節「6」**で**8～11分**焼く。
4. 冷水にとり皮をむき、食べやすい大きさに切り器に盛って、しょうがじょうゆを添える。

# 煮もののときは

**IHヒーターのコツ**

- 味をふくませコトコト煮る場合は、タイマーを目安に使うと焦げつきや消し忘れなどがなく調理できます。

**煮もの調理のコツ**

- 魚を煮る時は、汁を煮立たせてから煮ると表面が固まってうまみを逃がさず、生臭さも汁に出ません。
- 肉の煮込み料理の場合、弱火でじっくり煮ると固い肉が柔らかくなります。しかし、柔らかい肉はかえって固くなるので煮込みには向いていません。

## 五目煮豆

**■材 料**

A. 大豆 ……………………カップ2
　 水 ……………………カップ8
ごぼう（小さな乱切り）……………………½本
れんこん（小さな乱切り）……………………1節
にんじん（小さな乱切り）……………………1本
昆布（1cm角）……………………20cm
こんにゃく（小さな乱切り）……………………½枚

B. しょうゆ ……………………大さじ6
　 砂糖 ……………………カップ½
　 塩 ……………………小さじ1
　 日本酒 ……………………小さじ1

**■作りかた**

### 1 下準備をする。

1. Aを一晩つける。
2. ごぼう、れんこんはあく抜きをする。

### 2 豆を煮る。

1. なべにAを入れ、火力**「ハイパワー」**で沸とうさせる。沸とうしたら火力を**「中火」**に弱めてあくを取る。豆が十分柔らかくなるまで差し水をしながら火力**「弱火」**でコトコト約60～90分煮る。
2. 1にごぼうを加えそのままの火力で約20～30分煮、れんこん、昆布、にんじん、こんにゃくを加え、さらに約20～30分煮る。

### 3 味をつける。

1. Bを加え味がしみ込むまで火力**「弱火」**で、約20～30分煮込む。

お料理

# 茹でもののときは

## IHヒーターのコツ

●IHは沸き立ちが強いので沸き立っている湯に塩を入れるときは、火力を落とすとふきこぼれや湯の飛び散りがありません。

●茹でるときは、タイマーを使うとおいしく作る目安になり便利です。

## 茹でもの調理のコツ

●茹でるときは、沸き立っているたっぷりの湯の中に材料を入れると湯の温度が一定で青野菜は色・歯ざわりよく、麺も歯ざわりよく仕上がります。

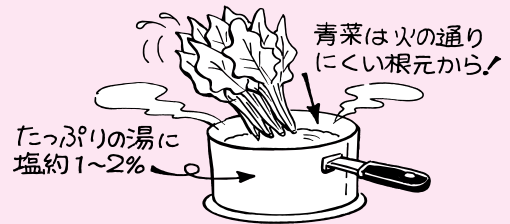
※青菜は、少しでも短い時間で仕上げることで色や歯ざわり共に良く、また栄養も保てます。

●パスタの場合、沸とうの力が強いとパスタが良く踊り表面が傷つかずに仕上がります。

●うどん・そばの場合、沸とうの力が強い湯で茹でたあと、蒸らし茹でをすると表面がツルっとしておいしく仕上がります。（市販の麺では指定の茹で方で茹でると良く仕上がります。）

●卵を茹でる場合は、卵の温度を室温にしてから茹でるとからが割れません。

**茹でるときの塩の量**

● 青野菜 ……………湯の約1～2%
● 卵 ………………………湯の約1%
● パスタ ………………湯の約10%
● うどん・そうめんなど ……………無

# スパゲティーミートソース

## ■材料（2人分）

スパゲティー ……………………200g
塩 ……………………………………20g
油 ……………………………………適量

ミートソース

A. 玉葱（みじん切り）……………½コ
　にんにく（みじん切り）…………½かけ

B. 合挽肉 ……………………………100g
　赤ワイン …………………………カップ¼

C. トマトピューレ …………………カップ¼
　小麦粉 ……………………………大さじ½
　固形スープ（カップ1の湯で溶かす）………1個
　デミグラソース …………………カップ¼
　塩 …………………………………少々
　こしょう …………………………少々
　ナツメグ …………………………少々
油 ……………………………………適量

## ■作りかた

### 1 ミートソースを作る。

1. なべを火力「中火」で熱して油を入れ、火力「中火」でAを炒める。
2. フライパンを火力「中火」で熱して油を入れ、合挽肉を炒め赤ワインを加える。
3. 1に2を入れ炒めながら固まらないようにCを順番に加え、火力を「弱火」に落として約20分煮込む。
4. 塩・こしょう・ナツメグを加え味を整える。

### 2 スパゲティーを茹でる。

1. 火力「ハイパワー」でたっぷりの湯を沸とうさせ塩を入れ、スパゲティーを茹でる。
2. 麺が踊るように火力を調節して茹で、針ぐらいの芯が残る程度に仕上げる。

# 蒸しもののときは

**IHヒーターのコツ**

●IHは沸き立ちが早いので待たずに調理できます。高火力で沸かすと蒸気が多量に出るため、中華セイロを3段重ねてもむらなく蒸気がゆき渡ります。そのため、1回に3種類の中華蒸しメニューが作れます。

●蒸し時間がわかっているときは、タイマーを使うと便利です。

**蒸しもの調理のコツ**

●蒸す時は、たっぷりの湯を沸かしますと、蒸し器の中も高温に保たれます。

●湯の量が減ってきたらお湯を足しますと、湯の温度が下がらず蒸気が途絶えません。

●茶碗蒸しなどの卵料理は、すが入らないよう一度お湯が沸いたら火力を落として蒸します。

## 卵の蒸しケーキ

### ■材 料（流し缶1台分）

薄力粉……60g
ベーキングパウダー……小さじ1/3
卵……2個
砂糖……50g
エバミルク……大さじ1
レーズン・アンゼリカ・ドレッドチェリー……大さじ2

### ■作りかた

**1 生地を作る。**

1. 薄力粉とベーキングパウダーをあわせてふるいにかける。
2. 卵白を固く泡立て、砂糖の半量を入れさらに固く泡立る。
3. 卵黄に残りの砂糖を入れて泡立て、2に入れて混ぜる。
4. 3に1を加えてさっくり混ぜ、エバミルクを加える。

**2 生地を流し缶に入れて蒸す。**

1. 流し缶に紙を敷き、生地を流し込み、レーズンとアンゼリカ・ドレッドチェリーを散らす。
2. 蒸し器に水を入れ、火力「ハイパワー」で沸とうさせる。沸とうしたら蒸し器の中に布巾を敷き、その上に流し缶をのせる。
3. タイマーを約20分にセットし、火力「強火」で蒸す。

# 焼きもののときは

**IHヒーターのコツ**

●底が平らでトッププレートに密着し、熱の伝わりが良く均一に温まるフライパンや鉄板で焼く。

**焼きもの調理のコツ**

●肉類の周りを強火で焼いてうまみが出ないようにします。

## ビーフステーキ

### ■材 料（2人分）

牛肉（1枚約150g）……2枚
塩……適量
こしょう……適量
バター……少々
油……適量

**A.** つけあわせ
豆とベーコンの煮込み・ベイクドポテト・クレソン

### ■作りかた

**1 下準備をする。**

1. 牛肉は筋を切り、肉たたきなどで叩いて塩・こしょうをする。

**2 焼く。**

1. フライパンを火力「強火」で熱し、バター・油をなじませ、1を入れ焦げすぎないように火力を調節しながら、お好みの焼き加減に仕上げる。

お料理

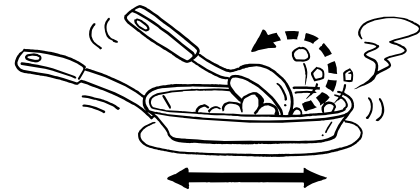
## 炒めもののときは

### IHヒーターのコツ

●材料をかき混ぜる場合、ヒーターからフライパンやIH用中華なべを離さず調理します。右のようにフライパンを前後に動かしながら材料をかき混ぜると高火力でも焦げつかずに出来上がります。

●火力を「ハイパワー」のままで、フライパンをヒーターから離したりスライドさせたりして火力を調節すると、焦げつかずに炒められます。

←――→ ：なべとおたまの動き
←-------- ：材料の動き

**お願い** IHは火力が強いため、なべの空だきを行うと温度過昇防止機能・自動停止機能が働き、なべが冷えるまで火力が入らない場合があります。予熱は「中火」以下の設定で行ってください。炒め物は、推奨するフライパンをご使用ください。

### 炒めもの調理のコツ

●高火力で炒めるときは、予め材料を下準備してから調理を始めると手際良くでき、焦がしたり、炒めすぎたりせず調理できます。

●炒める時は、フライパンやIH用中華なべに余裕を持たせた量で調理すると材料が良く動き、焦げつかず、調味料もまんべんなくからみます。

# キャベツと豚肉の炒めもの

### ■材料（2人分）

キャベツ（3cm角）…………180g
豚バラ肉（固まり）……………150g
にんにく（スライス）…………½片
豆板醤（トウバンジャン）……………………小さじ2
油 ………………………………適量

A. 合せ調味料
- 甜麺醤（テンメンジャン）…………………大さじ2
- しょうゆ ………………小さじ2
- 砂糖 ……………………大さじ1
- 酒 ………………………大さじ1
- うまみ調味料

ごま油 …………………………適量

### ■作りかた

#### 1 下準備をする。

1. 豚バラ肉を固まりのまま、約20分茹でてから冷やし、薄切りにする。
2. Aの合わせ調味料を作る。

#### 2 炒める。

1. フライパンに油をひいて火力「強火」でにんにくと豆板醤（トウバンジャン）を炒める。
2. 豚バラ肉・キャベツを加え、炒めキーを押し、火力「ハイパワー」で手早く炒める。
3. Aの合せ調味料を加えて味をからめる。
4. 火からおろしてごま油を落とす。

**お知らせ** 炒めキーで中火を使用した場合は予熱完了のお知らせをします。その後加熱はされたままですので、すばやく調理物を入れてください。

## 揚げもののときは

●左･右ヒーターの 天ぷら キーを使ってください。
●付属の天ぷらなべに油を200g以上入れて調理してください。
（18、19ページ）油の量に合わせて 天ぷら キーで、200、500、800を選んでください。

**揚げもの調理のコツ**

●油の温度は材料にあわせて決める。
●1回に揚げる量は、控えめにする。（油の表面積の1／2程度を目安）
●出来上がりの目安は、材料が浮き上がり衣のまわりの泡が小さくなったとき。

### 油の飛び散りを少なくするために

**材料は必ず水分をふき取ってください。**
●特にしいたけやピーマンなど！
（水分が残っていると油がはねることがあります。）

**いかやゆで卵などは揚げすぎないでください。**
●長時間あげると破裂！
（特にけんさきいかや、するめいかなどは注意）
●なべの中に揚げ忘れがないか、常に確認を！

**衣や生地作りのご注意**
●天ぷら衣は固すぎないように！
●水分の多い材料には、必ず薄力粉をうすくまぶしてから衣をつけて！
●ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて！

**特に下ごしらえの必要な材料**

**え　び**
尾の先を切って水分を出す

**ししとう**
水気をふき取り、竹串またはようじで穴をあける

**い　か**
皮をむき水分をふき取り、切り目を入れる

# 天ぷら

### ■材 料（2人分）

えび……4尾
ししとう……4本
その他にんじん、れんこんなどお好みの材料
油（付属の天ぷらなべ使用）……800g
A. 小麦粉（薄力粉）……カップ1強
冷水……カップ3/4
卵……1個

### ■作りかた

**1 下準備をする。**

1. えびはからと背わたをとり、腹側に切れ目を入れる。
2. ししとうは穴をあける。
3. Aをあわせて衣を作る。

**2 揚げる。**

1. 天ぷらなべに油を入れ、左右どちらかのIHヒーターにのせる。
2. 天ぷら キーを押して油の量を「800」に設定し、調節つまみを回して「170」度で加熱する。
「ピー」と鳴ったら、Aの衣をつけ野菜を揚げる。
3. 次に「180」度に設定する。「ピー」と鳴ったら、Aの衣をつけえびを揚げる。

お料理

## 炊飯のときは

### IHヒーターのコツ

**●ご使用するなべの大きさ、材質、底の厚さなどで炊き上がり状態が変わります。**
**なべ底平坦面径18～22cm、なべ深さ8cm以上、なべ底厚さ2.5mm以上のなべをお使いください。**
**単層なべ、ホーローなべの場合は、こげつきやすいため多層なべをおすすめします。**
**●お好みのかたさに合わせて水加減を調節してください。**
**●合数の設定をまちがえると、炊けません。注意してください。**

### おいしいご飯のコツ

**1 お米を選ぶ**…………………………●割れ米が少なく、つやと透明感のあるお米を選ぶ。
●精米してから2週間以内を目安に、保存は密閉して冷暗所で！

**2 お米を正しく計る**…………………●計量は、市販の計量カップ（180ml）で計る。
●計量米びつでは誤差が出ることがあります。

**3 水が澄むまで、手早く洗う**………●ヌカくさくなるので、ゆっくり洗ったり、お湯を使って洗わない。
●無洗米は底から2～3回かきまぜて、お米となじませてください。

**4 水を選んで、正しく水加減する**…●水温は30℃以下、夏場はなるべく冷水を使う。
●黄変やべちゃつきの原因になるので、PH9以上のアルカリ水は使わない。
●ひたしは30分間（冬場は1時間）行なってください。
●お米をといだ後、ザルで水切りをして、水加減を正しく行なってください。

**5 炊き上がったら、すぐほぐす**……●余分な水分をとばして、ふっくらおいしくします。

## 五目ご飯

### ■材 料（4～5人分）

米 ……………………………3合（450g）
にんじん ……………………………60g
ゆでたけのこ ………………………60g
干ししいたけ ………………………2枚
鶏むね肉 ……………………………60g
油揚げ ………………………………20g
A.
- 酒 ……………………………大さじ3
- 塩 ……………………………小さじ1
- しょうゆ ……………………大さじ1
- 即席だしの素 ………………小さじ½

しいたけのもどし汁

### ■作りかた

1. 米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に30分間（冬場は1時間）浸した後、ザルにあげて水気を切る。
2. 干ししいたけはもどしてせん切りに、油揚げは熱湯をかけてせん切りにする。にんじんはせん切りに、ゆでたけのこはうす切りに、鶏肉は細かく切る。
3. 水気を切った米とAの調味料をなべに入れてしいたけのもどし汁と水を合わせて560ml入れてよくかき混ぜる。
4. 米の上に切った具をリング状にのせる。
5. [炊飯] キーを押し**3合**に合わせて**調節つまみ**を押し、回してスタートする。
6. ブザーが鳴って炊き上がったら、全体をふんわりほぐす。

### ■炊き込みご飯の調理ポイント

●具の量は米1合あたり70gまでにします。
（具の量が多いと、うまく炊けないことがあります）
●具は小さめに切り、米にまぜないで、米の上にリング状にのせて炊いてください。
●市販の炊き込みご飯の素などをお使いになる場合は、水分の量をその分減らしてください。

## 発芽玄米ご飯

### ■材 料（4～5人分）

米（白米）……………………2合（300g）
発芽玄米 ……………………1合（150g）

### ■作りかた

1. 白米は水が澄むまで手早く洗い、発芽玄米を加えて軽くすすぐ。
2. ザルにあげて水気を切り、なべに移して水を650ml入れ、30分間（冬場は1時間）浸しておきます。
3. [炊飯] キーを押し**3合**に合わせて**調節つまみ**を押し、回してスタートする。
4. ブザーが鳴って炊き上がったら、全体をふんわりほぐす。

# 故障かな？と思ったとき

| 状　態 | 原　因 | 処置方法 |
|---|---|---|
| **ヒーターが入らない** | 電源スイッチ、またはブレーカーが「切」になっていませんか。 | 電源スイッチ、またはブレーカーを「入」にしてください。 |
| | ヒーター調節つまみが、出たままの状態になっていませんか。 | 調節つまみを1度押し込んでから再度「入」にしてください。<br>詳しくは（7ページ） |
| **左・右ヒーターになべをのせて調節つまみを押してから回しても火力表示ランプが点滅し、なべが熱くならない** | 使用できないなべを使っていませんか。 | 「使えるなべについて」をごらんください。（12ページ） |
| | 底が球状のなべや、底に脚がついたなべではありませんか。 | |
| | なべが加熱部の中央から、ずれていませんか。 | |
| **ブザーがピィーと1回鳴り、タイマー時間表示部にC15またはC25と表示されている** | 内部の温度が異常に高くなっています。吸・排気口がタオルなどでふさがれたり、目詰りしていませんか。 | ●ふさいでいるものを取り除き本体が冷えてからお使いください。<br>●吸排気カバーの目詰りをとってください。 |
| | 多層なべを使っていませんか？ | 「使えるなべについて」をごらんください。（12ページ） |
| | なべの種類によっては製品内部温度が高くなります。 | |
| **調理中、「ブーン」という音や「ジー」という音がする** | なべの種類によっては音が発生する場合があります。 | 異常ではありません。<br>そのままお使いください。 |
| **調理後、本体からファンの回る音がする** | 本体内部の温度を下げるために冷却ファンが回っています。 | 異常ではありません。<br>冷却後自動的に止まります。 |
| **左・右ヒーターを使用中、なべをトッププレートからはずしておいたらブザーが鳴り、通電が停止した。** | なべをトッププレートからはずしますと、約1分後に自動的に通電が止まります。「なべ無し自動停止機能」をごらんください。（2ページ） | 異常ではありません。<br>再度、通電してください。 |
| **使用中、ブザーが鳴り、通電が停止した。** | 約1時間以上連続で通電していませんか。（ロースターは約30分）<br>詳しくは「切り忘れ防止自動停止機能」をごらんください。（2ページ） | 異常ではありません。<br>再度、通電してください。 |
| **左右ヒーターの火力が自動的に下がったり、火力を上げられないことがある** | ハイパワーで10分間連続使用していませんか。<br>詳しくは「お知らせ」をごらんください。（14ページ） | 続けて高火力でお使いになる場合は、再度、火力を調節してください。 |
| | 複数のヒーターを同時に使用していませんか。複数のヒーターを同時に使用しますと消費電力が5800Wを越えないように、左・右ヒーターの火力を自動的に調整しているためです。 | 他のヒーターの火力を下げるか使わないでください。<br>詳しくは「お願い」をごらんください。（7ページ） |
| **使用中火力を変えたり、なべを動かしたとき、火力表示ランプが点滅する。** | 非磁性ステンレスなべや底の直径の小さいなべを使用中、火力を変えたりなべが動いたとき、なべ検知が働くためです。 | 異常ではありません。 |
| **キーを受けつけない（ヒーターが入らない）または、中央ヒーターのキーが受けつけない** | チャイルドロックまたは中央ヒーターロックが設定されていませんか。<br>ロック時は、表示部に　が点灯しています。 | チャイルドロックキーを3秒以上押してチャイルドロックを解除してください。（11ページ）<br>（　ランプが消灯したことを確認してください。）中央ヒーターロックは（11ページ） |

# 故障かな？と思ったとき（つづき）

| 状　　態 | 原　　因 | 処置方法 |
|---|---|---|
| **湯沸かし で沸騰したまま、なかなか保温にならない** | なべや、やかんの底がへこんでいませんか。 | 底の平らな、なべや、やかんを使用してください。 |
| **ブザーが鳴り、タイマー表示部に「C16」、「C26」と表示される** | やかんやなべの水がなくなって空焼きになっていませんか。 | やかんやなべを取り除き、電源スイッチを「切」にして、トッププレートが冷えてから、再び「入」にして表示が消えていることを確認してください。 |
| | 空だき状態が長く続くと自動停止機能が働きます。 | |
| **中央ヒーターまたはロースターが使えない** | 中央ヒーターとロースターは同時に使えません。 | どちらか片方をご使用ください。<br>調節つまみは、使わない方を押し込んでください。 |
| | 左右ヒーターで同時にオート調理キーを使っていませんか。 | どちらかのオート調理を終了してください。 |
| | C42またはC41の表示が出る。<br>C42･･･ロースター受け皿水なし検知<br>C41･･･ロースター異常高温[庫内発火]<br>この表示が出ている時は中央ヒーター、ロースターの両方とも使用することが出来ません。 | C42･･･ロースター受け皿にコップ一杯（約200cc）の水を入れ、電源スイッチを一旦「切」にし数分後に再び「入」にしてC42が消えていることを確認しご使用ください。<br>C41･･･電源スイッチを「切」にしロースター庫内が冷めてから、再び「入」にしてC41が消えていることを確認しご使用ください。 |
| **自動ロースターで魚がうまく焼けない（生焼けになる）** | 調理終了前にとり出していませんか。 | 自動ロースター時は、上面を焼いて、後から裏面を焼き上げます。終了報知ブザーが鳴るまでとり出さないでください。 |
| **ロースター調理中に吸排気カバーから煙が出る** | ●魚の脂などが直接ヒーターの上に落ち、多量の煙が発生するため。<br>●前回の調理時の油などが付着し、煙やにおいが発生するため。<br>●ロースター使用中に途中で止めたり、停電した場合は、ロースター庫内の煙が扉から出る場合があります。 | ●異常ではありません。<br>●調理開始時に煙やにおいが多く発生する場合は、定期的に触媒のクリーニングを行ってください。（35ページ）<br>●異常ではありません。 |
| **ロースター、トースター調理後にタイマー表示部に「CL」表示が出てロースターヒーターに通電される** | ●調理中に庫内ヒーター触媒などに付着した油分を減らすためにクリーニングを行っています。（約5分間） | ●「CL」表示中は、ロースター扉を閉じて終了報知ブザーが鳴るまで扉を開けないでください。 |
| **ロースター扉から煙がもれる** | ●扉が奥まできちんと閉まっていますか。<br>●扉パッキンが浮いていませんか。<br>●扉パッキンが古くなり柔軟性がなくなっていませんか。 | ●扉を奥まできちんと閉めてください。<br>●扉パッキン凸部を再度押し込んでください。<br>●扉パッキンを交換してください。（34ページ） |
| **吸排気口カバーが汚れる** | ●油分の多い魚を何回も焼くと、油分が付着するため。 | ●吸排気口カバーを本体からはずし、台所洗剤で（中性）で洗います。 |

| 状　　態 | 原　　因 | 処置方法 |
|---|---|---|
| **ごはんがうまく炊けない（かたい、芯がある　ベチャになるなど）** | ●お米の量、水の量および合数はあっていますか。<br>●炊飯の途中でなべを動かしていませんか。<br>●炊飯後すぐにほぐしましたか。 | ●お米、水は計量カップ、はかりなどで正しくはかってください。<br>●炊飯中はなべを動かさないでください。正しく温度検知されない場合があります。<br>●お米の種類や産地、保存期間によって、ご飯のかたさは異なりますので、水加減を調整してください。 |
| **ごはんがこげる　こびりつく** | ●なべの底がうすいもの、ホーローなべなどを使っていませんか。<br>●炊き込みごはんの具をお米にまぜて炊いていませんか。 | ●必ず S IH S CH·IH マーク付きで、なべ底の厚さが2.5mm以上の多層なべをお使いください。<br>●具はお米にまぜないで、お米の上にリング状にのせて炊いてください。 |

## こんな表示がでたとき

| 状　　態 | 原　　因 | 処置方法 |
|---|---|---|
| **タイマー時間表示部にH○○と表示されている。例えばH11、H12など** | 本体に異常が発生したことをセンサーが検知したものです。 | 電源スイッチと（電源の）ブレーカーを一度「切」（OFF）にしてから、再度「入」（ON）にしてお使いになってみてください。再度発生するようでしたら電源スイッチと（電源の）ブレーカーを「切」（OFF）にして、お買い上げの販売店または据付施工店にご連絡ください。 |

**ご使用中に異常が生じたときは、上記をお調べください。調べていただき、なお異常がある場合は、使用を中止し、必ず電源スイッチとブレーカーを「切」にして、お買い上げの販売店または据付施工店にご連絡ください。**

# ブザー音の消しかたと戻しかた

## ■ブザー音を消す

### キー操作の音だけを消すとき

1. 電源スイッチを「入」にしてパネル操作部
右ヒーターのタイマー取消キーを5回押す
2. 続いてパネル操作部
中央ヒーターのタイマー取消キーを2回押す

### 全てのブザー音を消すとき

1. 電源スイッチを「入」にしてパネル操作部
右ヒーターのタイマー取消キーを3回押す
2. 続いてパネル操作部
中央ヒーターのタイマー取消キーを2回押す

## ■ブザー音をなるように元にもどす

1. 電源スイッチを「入」にしてパネル操作部
右ヒーターのタイマー取消キーを2回押す
2. 続いてパネル操作部
中央ヒーターのタイマー取消キーを2回押す

## ご使用時のお願い

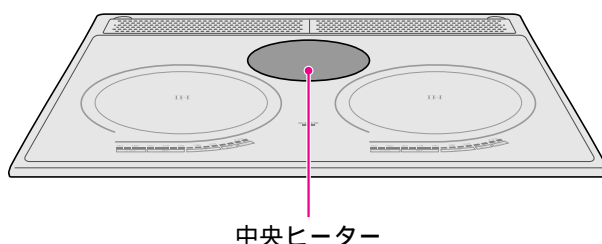
**ホーローなべなどで、空焼きや焦げ付かせなどをしないようにしてください。なべ底のホーローが、溶けて焼き付き、トッププレートの損傷の原因になります。**

（その他のなべについては、取扱説明書の「使えるなべについて（12、13ページ)」をお読みください。）

### シルバーモデル BHP-M47AS/M46AS/M46BS

**中央ヒーターをお使いの場合**

**中央ヒーターの、なべを載せる部分が通電直後に、しばらくの間、黒っぽく見える場合があります。これはヒーターの特性のためで異常ではありません。2分程度で元の色になります。そのままお使いください。**

# 仕様

| | | トッププレート幅75㎝タイプ | トッププレート幅60㎝タイプ | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 形名 | | BHP-M47AS | BHP-M46AS | BHP-M46A | BHP-M46BS | BHP-M46B |
| 電源 | | 単相200V（50-60Hz共用） | | | | |
| 定格消費電力 | | 5800W | | | | |
| 大きさ | | 幅748×奥行566×高さ231（mm） | 幅598×奥行566×高さ231（mm） | | | |
| ロースター内寸 | | 幅240×奥行354×高さ120（mm） | | | | |
| 電源コード | | 3.5mm² 3芯 キャプタイヤケーブル | | | | |
| 電源プラグ | | 2極・接地極付・250V・30A | | | | |
| 質量（重さ） | | 約27.5kg | 約26kg | | | |
| 各ヒーター定格 | 左ヒーター | IHヒーター3000W | | | IHヒーター2600W | |
| | 右ヒーター | IHヒーター3000W | | | IHヒーター2600W | |
| | 中央ヒーター | クイックラジエントヒーター 1250W | | | | |
| | ロースター | シーズヒーター 1250W | | | | |
| | 触媒用ヒーター | シーズヒーター 300W | | | | |
| ヒーター切り換え | | 中央ヒーターとロースターの切り換え | | | | |

# 保証とアフターサービス　必ずお読みください

## ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談ならびに、お取り扱い・お手入れに関するご不明な点は　**お買い上げの販売店にご相談ください。**

販売店に修理のご相談ができない場合

**東芝家電修理ご相談センター**

フリーダイヤル 0120-1048-41

携帯電話・PHSからのご利用は
東日本地区（北海道、東北、関東、甲信越、東海、沖縄県）044-543-0220
西日本地区（上記以外）06-6440-4411

電話で 24時間 365日 お応えします

お買い物、お取り扱いのご相談

**東芝家電ご相談センター**

フリーダイヤル 0120-1048-86

携帯電話・PHSからのご利用は　03-3426-1048
FAX　03-3425-2101（365日：8:00～20:00受付）

- 「東芝家電修理ご相談センター」「東芝家電ご相談センター」は東芝テクノネットワーク株式会社が運営しております。
- お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
- 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社にお客様の個人情報を提供する場合があります。

## 保証書（別添）

- この東芝IHクッキングヒーターには、保証書を別途添付しております。
- 保証書は、必ず「お買い上げ日、販売店名」等の記入をお確かめのうえ、販売店または工事店から受け取っていただき内容をよくお読みの後大切に保管してください。
- この東芝IHクッキングヒーターの保証期間は、お買い上げいただいた日から1年です。その他、詳しくは保証書をご覧ください。

## 補修用性能部品の保有期間

- IHクッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は製造打ち切り後6年です。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

## 部品について

- 修理のため取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。
- 修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

## 修理を依頼されるときは　出張修理

47～49ページの表に従って調べていただき、なお異常があるときは、使用を中止し、電源スイッチを「切」にして据付施工店にご相談ください。

### ■保証期間中は

保証書の規定に従って、据付施工店が修理させていただきます。修理に際しましては、保証書をご提示ください。

### ■保証期間が過ぎている場合は

修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。

### ■修理料金の仕組み

| 修理料金は技術料・部品代・出張料などで構成されています。 | |
|---|---|
| 技術料 | 故障した商品を正常に修復するための料金です。 |
| 部品代 | 修理に使用した部品代金です。 |
| 出張料 | 商品のある場所へ技術者を派遣する料金です。 |

### ■ご連絡いただきたい内容

| 品名 | 東芝IHクッキングヒーター |
|---|---|
| 形名 | BHP-M47AS<br>BHP-M46AS/M46A/M46BS/M46B |
| 据付日 | 年　月　日 |
| 故障の状況 | できるだけ具体的に |
| ご住所 | 付近の目印等も合わせてお知らせください |
| お名前 | |
| 電話番号 | |
| 訪問希望日 | |
| 便利メモ | 据付施工店名を記入されておくと便利です。<br>TEL. |

愛情点検

**★ 長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！**

**このような症状はありませんか?**

- キーを押し、調理を開始しても調理器具が加熱されない。
- 調理中、ファンの回っている音がしない。
- 本体の一部が割れ、ゆるみ、がたつきがある。
- 使用中に異常な音や臭いが出ることがある。
- その他の異常や故障がある。

**ご使用中止**

故障や事故防止のため、電源スッイチを「切」にして、必ず据付施工店に点検・修理を依頼してください。（技術のあるサービスマン以外の人は絶対に本体を分解しないでください。）